

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Управление образования Орджоникидзевского района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования -
Центр детского творчества «Галактика»

Рекомендована

Методическим советом
МБУ ДО ЦДТ «Галактика»

протокол № 5 от 22.06. 2025 г.

Утверждена

Директором МБУ ДО ЦДТ «Галактика»
/ М.А. Загуменных

приказ № 28 от 22.06.2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Жемчужины Востока»

Направленность: художественная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 9 - 14 лет

Срок реализации: 3 года, 432 часа

Составитель: Степанова Надежда Борисовна,
методист

г. Екатеринбург, 2025

Содержание программы

1. Основные характеристики образовательной программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы	10
2. Содержание общеразвивающей программы	20
2.1 Учебный план	20
2.2. Учебный (тематический) план 1 год обучения	20
2.3. Учебный (тематический) план 2 год обучения	27
2.4. Учебный (тематический) план 3 год обучения	33
3. Организационно-педагогические условия	39
3.1 Календарный учебный график	39
3.2 Условия реализации программы	39
3.3 Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	41
4. Список литературы	45
Приложения	48

«Восточные танцы — это язык души, который рассказывает о культуре, традициях и волшебстве Востока. Давайте вместе танцевать, открывая в себе новые грани, и создавая свои собственные жемчужины в этом увлекательном путешествии!»

1. Основные характеристики образовательной программы

1.1. Пояснительная записка

Восточные танцы - это не просто движения, это целый мир волшебства и красоты! Каждый танец рассказывает свою историю, полную загадок и эмоций. Когда вы танцуете, вы можете стать кем угодно: смелым воином, грациозной принцессой или даже загадочной феей. Ваши сердца наполняются радостью, а ваши ноги следуют за музыкой, как река течет к морю. Помните, что каждый из вас - это уникальная жемчужина, и в танце вы можете раскрыть свою истинную красоту!

Направленность общеобразовательной общеразвивающей программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Жемчужины Востока» имеет художественную направленность.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Жемчужины Востока» разработана в соответствии с **основополагающими документами**:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685- 21

«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

– Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

– Приказ Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882-391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

– Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

– Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом».

– Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области, приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области № 219-д от 04.03.2022 «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 № 934-д.

- Устав МБУ ДО ЦДТ «Галактика».
- Положение о формах, периодичности и порядке проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования – Центр детского творчества «Галактика».

Актуальность данной образовательной программы связана с тем, что в настоящее время особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, и именно восточные танцы и музыка стали в последнее время очень популярными среди населения нашей страны, как среди взрослых, так и среди детей и подростков. Особенность 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. Умение педагога использовать эти особенности для развития творческой гармоничной личности будет особенно важно в работе с детьми и подростками, так как именно в этом возрасте дети особенно восприимчивы ко всему новому, прекрасному, непосредственны в восприятии привычных для взрослых вещей.

Педагогическая целесообразность

Для девочек особенно важно учиться женственности, плавности и гибкости, так же, как и важно уметь владеть своим телом, расслабляться, сотрудничать, работать в парах, небольших коллективах-командах, выступать перед публикой, подать себя в наиболее выгодном свете, уметь подбирать одежду, подчеркивающую достоинства. Приобщение к миру восточного танца, прослушивание мелодичной, ритмичной музыки развивают и внутренне обогащают детей, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой.

Практическая значимость программы в том, что она предполагает знакомство детей с особенностями восточного танца, ритмическим и инструментальным разнообразием восточной музыки, восточным костюмом и его разновидностями. Занятия по программе - это и теория (рассказ педагога, иллюстрации из книг, обучающих пособий, видеоматериала), и практика (отработка движений, связок движений, простых и сложных танцев). Также особенностью занятий по программе является чередование видов деятельности (интенсивная тренировка – плавные упражнения, танец – письменное задание). По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем хореографической подготовки

Отличительной особенностью программы является то, что программа помогает подготовить обучающихся для сценических выступлений, участия в концертных программах, мероприятиях и конкурсах различного уровня. Она предполагает изучение особенностей сценического восточного танца, знакомство со сложными ритмами и инструментальным разнообразием восточной музыки, умение импровизировать под различную музыку, изучение восточного костюма и его разновидностей. Педагог-руководитель хореографического объединения постоянно занимается эстетическим воспитанием детей, с тем, чтобы они были всесторонне подготовлены к художественному восприятию и созиданию действительности. В основе этого восприятия лежит формирование любви к своей национальной культуре, народному творчеству, интересу и пониманию красоты окружающего мира, общению. Достижение физического совершенства должно стать важной частью воспитания на занятиях хореографией. Важно заметить, что ритмы восточной музыки по исследованиям многих авторов имеют терапевтический эффект за счет особого чередования акцентов, сильных и слабых долей.

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

Адресат программы

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Жемчужины Востока» ориентирована на детей от 9 до 14 лет, проявляющих интерес к хореографическому искусству.

Возраст обучающихся и характеристика возрастных категорий

Возраст **9-10 лет** – это удивительный период в жизни ребенка, когда он активно развивается, познает мир и ищет себя. Именно в это время восточные танцы могут стать не просто увлекательным хобби, но и мощным инструментом для гармоничного развития личности. Какие особенности детей этого возраста делают их идеальными учениками для восточных танцев?

В этом возрасте дети уже обладают достаточно развитой координацией и мышечным контролем. Они способны выполнять более сложные движения, чем малыши, и лучше чувствуют свое тело. Гибкость и пластичность еще находятся на высоком уровне, что является отличной базой для освоения грациозных движений восточного танца. Дети 9-10 лет уже умеют концентрироваться на задачах, запоминать последовательности движений и понимать объяснения педагога. Они способны анализировать, имитировать и даже начинать

импровизировать. Их любознательность и желание учиться новому – огромный плюс. В этом возрасте дети активно взаимодействуют со сверстниками, учатся работать в команде и проявляют интерес к групповым занятиям. Восточные танцы, с их акцентом на синхронность и совместное творчество, прекрасно подходят для развития этих навыков. Дети 9-10 лет уже способны выражать свои эмоции через движение. Восточные танцы, с их богатой палитрой выразительности, позволяют им раскрыть свою индивидуальность, почувствовать уверенность в себе и научиться управлять своими чувствами. Сложные движения бедрами, руками и корпусом тренируют вестибулярный аппарат и улучшают чувство равновесия. Регулярные занятия способствуют развитию гибкости позвоночника, суставов и мышц, что важно для профилактики травм и общего здоровья. Восточные танцы укрепляют мышцы живота, спины и таза, формируя правильную осанку и предотвращая проблемы с позвоночником. Дети учатся чувствовать ритм музыки, что развивает слух и музыкальность.

Успешное освоение новых движений, участие в выступлениях и получение похвалы от педагога и родителей значительно повышают самооценку ребенка. Регулярные тренировки, необходимость запоминать хореографию и работать над техникой воспитывают в детях дисциплину и терпение. Помимо разучивания готовых постановок, дети могут учиться импровизировать, развивая свою фантазию и креативность. Знакомство с музыкой, костюмами и историей восточных танцев расширяет кругозор ребенка и прививает интерес к другим культурам.

Дети 9-10 лет – это благодарные и талантливые ученики для восточных танцев. Их природная гибкость, любознательность и желание самовыражаться делают этот возраст идеальным для погружения в мир восточной хореографии.

Восточные танцы в этом возрасте – это не просто уроки, это путь к гармоничному развитию личности, где каждый шаг наполнен грацией, ритмом и радостью.

В возрасте **11-12 лет** девочки находятся на пороге подросткового периода, и это время характеризуется множеством интересных изменений, которые важно учитывать при организации занятий восточными танцами. Этот возраст – прекрасная возможность для развития грации, уверенности в себе и глубокого понимания культуры через танец.

В этот период девочки продолжают расти, их тело становится более женственным. Мышцы укрепляются, координация движений улучшается. Это отличное время для освоения более сложных элементов, требующих гибкости и силы. Дети в этом возрасте, как правило, обладают хорошей выносливостью, что позволяет им справляться с более продолжительными и интенсивными тренировками. Улучшается координация рук и пальцев, что важно для отработки тонких движений, таких как работа с платком, веерами или другими аксессуарами. Девочки в этом возрасте очень активны и нуждаются в возможности выплеснуть энергию. Восточные танцы предоставляют им такую

возможность в эстетичной и контролируемой форме. Восточные танцы, с их акцентом на женственность и красоту движений, могут стать мощным инструментом для повышения самооценки. Успехи в освоении новых движений и выступления перед другими способствуют развитию уверенности в себе. Танец – это язык, и в этом возрасте девочки начинают активно искать способы самовыражения. Восточные танцы позволяют им выразить свои эмоции, почувствовать себя особенными и раскрыть свою индивидуальность. Занятия в группе способствуют развитию навыков общения, умения работать в команде, поддерживать друг друга. Совместные выступления и репетиции укрепляют дружеские связи. Дети в этом возрасте начинают проявлять больший интерес к миру вокруг, к другим культурам. Восточные танцы открывают им двери в богатый мир арабской, турецкой, индийской и других культур, их истории и традиций. Важно помнить, что девочки в этом возрасте могут быть более чувствительны к критике. Педагог должен быть тактичным, поощрять усилия и фокусироваться на прогрессе, а не только на ошибках. Девочки начинают больше внимания уделять своей внешности, и восточные танцы, с их яркими костюмами и украшениями, могут стать для них источником вдохновения и радости.

Возраст 11-12 лет – это период, когда девочки готовы к более глубокому погружению в искусство танца, когда они могут раскрыть свою женственность, развить физические и творческие способности, а также обогатить свой внутренний мир, прикоснувшись к красоте восточной культуры.

Период с **13 до 14 лет** – это время активных перемен, как физических, так и эмоциональных. Девочки в этом возрасте находятся на пороге юности, и их подход к занятиям восточными танцами будет отличаться от более младших или старших обучающихся.

В этом возрасте тело продолжает активно расти и меняться. Девочки становятся выше, их пропорции меняются. Это может влиять на координацию и баланс, требуя дополнительного внимания к правильной технике и укреплению мышц. Несмотря на возможные временные «неуклюжести» из-за роста, тело в этом возрасте обладает отличной природной гибкостью. Это прекрасная база для освоения сложных движений, волн, трясок и поворотов, характерных для восточных танцев. Важно уделять внимание укреплению мышц кора (пресс, спина), что поможет в выполнении более сложных элементов и предотвратит травмы. Девочки этого возраста, как правило, полны энергии и готовы к интенсивным тренировкам. Однако, важно следить за темпом и не перегружать организм, давая достаточно времени для восстановления.

Восточные танцы предоставляют прекрасную возможность для самовыражения. Девочки в этом возрасте активно ищут свой стиль, экспериментируют с образами и музыкой. Важно поощрять их творческий подход и помогать находить свою уникальность в танце. В этот период девочки часто становятся более самокритичными, сравнивая себя с другими. Важно создавать

атмосферу поддержки и принятия, фокусируясь на прогрессе каждого обучающегося, а не на идеальном исполнении.

Групповые занятия восточными танцами способствуют развитию чувства принадлежности и командного духа. Совместные выступления, разучивание парных или групповых связок укрепляют дружеские отношения и повышают мотивацию. Восточные танцы – это не только движения, но и богатая культура. Девочки этого возраста могут проявлять интерес к истории танца, его различным стилям и музыке, что делает занятия более осмысленными и увлекательными.

Некоторые девочки могут испытывать стеснение, особенно в начале занятий, из-за изменений в теле или страха ошибиться. Терпение, доброжелательность и индивидуальный подход со стороны преподавателя помогут преодолеть эти барьеры.

Занятия восточными танцами в возрасте 13-14 лет – это не только физическое развитие, но и важный этап формирования личности, уверенности в себе и умения выражать свои эмоции через искусство. Этот период становится не просто этапом обучения, а формированием личности, где танец выступает как средство самопознания и самовыражения. Успешные занятия в этом возрасте закладывают основу для дальнейшего развития, прививая любовь к искусству, уверенность в себе и умение гармонично взаимодействовать с миром. Таким образом, восточные танцы для девочек 13-14 лет – это путь к раскрытию их внутреннего потенциала и обретению грации как внешней, так и внутренней.

Принципы формирования учебных групп

На обучение по программе могут быть зачислены все желающие, соответствующие заявленной возрастной категории. Основанием для зачисления является заявление от родителей/законных представителей, согласие на обработку персональных данных.

Наполняемость группы – 15-20 человек, группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные в зависимости от подготовленности обучающихся.

При наличии свободных мест возможен дополнительный прием обучающихся на всех этапах обучения в течение учебного года.

Обучение проводится на русском языке.

Обучение детей по программе - очное, в случае экстренных обстоятельств - дистанционное.

Режим занятий

Занятия проводятся:

- 1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа;
- 2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа;

- 3 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических.

Продолжительность 1 академического часа - 40 минут. Между занятиями 10 минутный перерыв для проветривания кабинета и отдыха детей.

Программа реализуется в течение 3 лет и рассчитана на 432 часа.

По учебному плану:

- 1 год - 144 академических часа;
- 2 год - 144 академических часа;
- 3 год - 144 академических часа.

Срок реализации общеразвивающей программы определяется содержанием программы – 36 учебных недель в течение 9 календарных месяцев, 3 лет, необходимых для ее освоения.

Уровень программы - «базовый», предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

1.2. Цель программы - совершенствование общей и эстетической культуры, раскрытие творческих, физических, умственных и музыкально-двигательных способностей путем овладения выразительными средствами восточного танца.

Для достижения данной цели поставлены следующие **задачи:**

обучающие:

- сформировать интерес к танцевальному искусству;
- освоить упражнения физической подготовки, направленные на улучшение и укрепление здоровья и формы тела;
- научить исполнению комбинаций на основе усложненных движений танца (пластики, ударов, трясок, проходок);
- научить распознавать и различать фольклорные ритмы и стили арабского танца, импровизировать с ними;
- научить манерному исполнению, импровизации движений и связок в фольклорных стилях и ритмах арабского танца;
- познакомить с традиционными аксессуарами восточного танца и научить работать с ними;
- расширить знания о позициях ног, рук, корпуса, головы в хореографии и научить соединять их в связки;
- научить построению рисунка и композиции в танце;

- изучить упражнения по актерскому мастерству для улучшения исполнения восточного танца и раскрытие себя в нем;
- познакомить с правилами безопасности и профилактики травматизма на занятиях;

развивающие:

- сформировать умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- сформировать умение выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства;
- сформировать умение находить ассоциативные связи между художественными образами в восточном танце, других танцевальных направлений и видов искусства;
- сформировать умение передавать свои впечатления в танцевальной форме;
- овладеть сценической культурой и умением общаться со зрителем в танце;
- развивать чувства прекрасного и эстетического в процессе обучения классической хореографии, постановочных композиций и импровизации;
- развивать интерес к разным источникам информации по восточному танцу;

воспитательные:

- сформировать ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию в области танцевальной культуры восточного танца;
- сформировать коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе различных видов танцевальной деятельности;
- сформировать позитивную ориентацию на здоровый образ жизни;
- сформировать понимание причин успеха в творческой деятельности;
- овладеть социально ценными личностными и нравственными качествами: трудолюбием, организованностью, добросовестным отношением к делу, инициативностью.

Реализация образовательной программы для детей осуществляется в соответствии со следующими основными **принципами:**

- принцип добровольности (зачисление в группы, в коллектив только по желанию ребят);
- принцип опоры на интерес (все занятия, как практические, так и теоретические, интересны для каждого ребёнка независимо от возраста);

- принцип личностного подхода (к каждому ребёнку – индивидуальный подход);
- принцип доступности (с учетом специфики разновозрастных групп излагаемый материал доступен пониманию каждого ребёнка);
- принцип последовательности (изложение материала, как практического, так и теоретического характера имеет логическую последовательность);
- принцип взаимоуважения (не допускается превосходство одних членов коллектива над другими. Каждый ребёнок талантлив по-своему, и это требует внимания и уважения);
- принцип постепенности и последовательности в овладении мастерством хореографии, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья;
- принцип творческого развития.

Педагогические технологии

Использование личностно-ориентированных педагогических технологий обучения и воспитания детей позволяют оптимизировать учебно-воспитательный процесс, способствуют повышению мотивации обучающихся к развитию, активизируют познавательную и творческую деятельность, формируют активную жизненную позицию и инициативу.

Данная образовательная программа разработана с учетом современных педагогических технологий:

- **здоровьесберегающие технологии:**
 - *психолого-педагогические технологии*, имеющие своей целью снятие эмоционального напряжения, создание благоприятного психологического климата на занятии. Активно используется на занятиях технология экопластических образов, заключающаяся в гармонии ребенка с природой посредством включения его в творческую деятельность по созданию образов. Применение технологии аутентичного движения, представляющей собой одно из направлений танцевально-двигательной терапии, способствует развитию чувства собственного тела, релаксации.
 - *организационно-педагогические технологии*, включающие в себя структурирование учебного процесса в соответствии с СанПиНом, способствующее предотвращению состояний переутомления. В процессе обучения учитываются физиологические и психологические особенности ребенка. Широко применяются упражнения по общей физической подготовке, взятые из арсенала подготовки профессиональных гимнасток, а также танцевальные связки на развитие выносливости, гибкости и пластичности.

– особое внимание уделяется профилактике заболеваний, включая в групповые занятия элементы дыхательной гимнастики, самомассажа, психогимнастики;

– **технология импровизации.** С первых дней обучения и на каждом занятии применяется танцевальная импровизация. Под музыку дети танцуют то, что чувствуют, включая фантазию, находят новые движения, свой уникальный и особенный стиль, выражают эмоции через движения. Также используется изоляция (движение отдельных частей тела). В результате обучающиеся раскрепощаются, получают радость от движения, раскрывая свои возможности, составляют различные танцевальные композиции, с которыми принимают участие в конкурсах. В результате таких творческих экспериментов обогащается репертуар коллектива;

– **технология творческих проектов.** Для творческой самореализации дети составляют: танцевальное ток-шоу (работа с интернетом, разработка сценария, подбор музыки, ведущих и организация проведения), видеотеку (фрагменты занятий, примеры новых танцевальных направлений, коллективное творчество своего коллектива и т.д.), странички в интернете, где выкладывают свои идеи, видеосюжеты, разработки различных мероприятий. Хореографические занятия полны творческих заданий, приключенческих, игровых и практико-ориентированных проектов. Обучающиеся могут выполнять проекты как в группах, так и индивидуально. Результатом работы является: осознание своей значимости, умение добывать информацию и работать с ней, умение строить отношения с участниками общения и работать в группе, умение реализовать себя в разных видах деятельности и добиваться конкретных целей.

– **технология постановочного танца с родителями.** На занятиях присутствие родителей приветствуется. На отчетный концерт дети готовят выступление с родителями. Это увлекательный процесс для детей, так как они вместе подбирают музыку, придумывают танцевальный номер, выступают в роли педагога. Мамы, бабушки и даже папы принимали в этом участие, что сплачивает семью и коллектив, увлекаясь одним общим делом.

– **информационно-коммуникационные технологии.** В образовательном процессе широко применяются технические средства обучения, интернет ресурсы, аудиовизуальные средства обучения на занятиях по танцевальной драматургии, при анализе выступления коллективов на конкурсах и фестивалях, при ознакомлении обучающихся с различными танцевальными направлениями. В результате использования данной технологии, обучающиеся получают возможность знакомства с различными танцевальными направлениями, творчеством популярных хореографических коллективов, проследить собственную работу и корректировать недостатки.

Учебно-воспитательная работа

Воспитательная работа с обучающимися проводится в соответствии с рабочей программой воспитания МБУ ДО ЦДТ «Галактика», ее ежегодным Планом.

Цель программы воспитания: развитие и социализация в соответствии с принятыми социокультурными правилами и нормами, как основы воспитанности обучающихся.

Задачи программы воспитания:

- развивать морально-нравственные качества обучающихся: честность, доброту, совесть, ответственность, чувство долга;
- развивать волевые качества обучающихся: самостоятельность, дисциплинированность, инициативность, принципиальность, самоотверженность, организованность;
- воспитывать стремления к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- приобщать обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- формировать нравственные отношения к человеку, труду и природе.

Планируемые результаты воспитания:

- развиты морально-нравственные качества обучающихся: честность, доброта, совесть, ответственность, чувство долга;
- развиты волевые качества обучающихся: самостоятельность, дисциплинированность, инициативность, принципиальность, самоотверженность, организованность;
- развито стремление к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- сформирован интерес обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- сформировано нравственное отношение к человеку, труду и природе.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, викторина, встреча с интересными людьми, дискуссия, тренинг, посещение театра, организация конференции, экскурсия, олимпиада, смотр, конкурс и др.

Методы воспитательного воздействия: убеждение, внушение, заражение «личным примером» и подражание, упражнения и приучение, обучение, стимулирование (методы поощрения, соревнование), контроль и оценка, и др.

Воспитательный процесс обеспечивается на каждом занятии в течение всего года в ненавязчивой и доброжелательной форме: в виде бесед на темы общечеловеческих ценностей, этики межличностных отношений, недопустимости асоциальных форм поведения в обществе, необходимости уважения прав и мнения другого человека, отношений старшего и младшего поколений, творческих достижений наших соотечественников, роли России в мировом сообществе.

Дополнительные беседы педагога направлены также на формирование личностных качеств обучающегося, таких как справедливость, уважение к окружающим, коммуникабельность, патриотизм, культура поведения. В течение года педагог беседует с родителями о прошедших занятиях, рассказывает о домашних заданиях, индивидуально информирует о динамике изменения образовательных и личностных характеристик детей.

Участие в конкурсах воспитывает в ребенке творческий дух, волю к победе, психологическую устойчивость, а также патриотизм, так как дети отстаивают честь своего учреждения, района, города, страны. Конкурсы проходят в соответствии с планом учебно-массовых мероприятий.

Формы работы с родителями

Сотрудничество и общение с родителями является неотъемлемой частью в реализации дополнительной общеобразовательной программы. Они помогают при выполнении творческих заданий и проектов, становятся участниками и организаторами мероприятий в объединении, выступают сопровождающими в различных поездках.

В течение учебного года предусматривается проведение родительских собраний, консультаций, бесед, открытых занятий, где можно наглядно проследить успехи своего ребенка, совместных праздников и творческих конкурсов.

Формы и методы организации образовательного процесса, виды занятий

Формы проведения занятий:

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой обучающихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- парная, предполагающая общение с двумя обучающимися при постановке дуэтных танцев;
- индивидуальная, используемая для работы с обучающимся по усвоению

сложного материала и подготовки к сольному номеру.

Методы организации и осуществления учебной деятельности:

- словесные, наглядные, практические;
- индуктивные, дедуктивные (отражают логику процесса передачи учебных сведений педагога обучающимся);
- репродуктивные, проблемно-поисковые (отражают степень самостоятельности обучающихся при усвоении учебного материала);
- самостоятельные, несамостоятельные (характеризует степень управления педагогом познавательной деятельности обучающихся).

Виды занятий

В программе предусмотрены следующие **виды занятий**:

- **комбинированные занятия** обобщающего и углубляюще–познавательного типа;
- **интегрированные занятия.** Интегрированное обучение помогает детям соединить получаемые знания в единую систему;
- **занятия с применением электронных презентаций.** Использование электронных презентаций позволяет значительно повысить информативность и эффективность занятия при объяснении учебного материала, способствует увеличению динамизма и выразительности излагаемого материала;
- **коллективные творческие задания** усиливают психологические связи между детьми, развивают их способность устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать, создают условия для воспитания у детей терпимости, доброжелательности, развития творческих способностей;
- **репетиционные занятия** (индивидуальные и коллективные);
- **обобщающие занятия, контрольные,** позволяющие проводить текущий и итоговый контроль уровня усвоения программы обучающимися и вносить необходимые коррективы в организацию учебного процесса.

Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности:

- практический контроль и самоконтроль (диагностика и мониторинг уровня развития навыков и умений обучающихся).

В учебно-воспитательном плане данная программа предусматривает мероприятия, которые направлены на повышение интереса обучающихся к данному курсу:

- концертная деятельность;
- импровизации и миниатюры;
- просмотры и обсуждение видеоматериалов с выступлений разных

уровней (международные, всероссийские, областные, региональные конкурсы и фестивали) с целью развития и поддержания интереса, видения перспективы;

- творческие мастерские;
- мастер – классы;
- индивидуально-постановочная работа.

Требования к результатам освоения образовательной программы

Предметные результаты подразумевают приобретение ребенком конкретных знаний и навыков, связанных непосредственно с содержанием занятий по программе:

- сформирован интерес к танцевальному искусству;
- освоены упражнения физической подготовки, направленные на улучшение и укрепление здоровья и формы тела;
- умение исполнять комбинации на основе усложненных движений танца (пластики, ударов, трясок, проходок);
- умение распознавать и различать фольклорные ритмы и стили арабского танца, импровизировать с ними;
- овладеет манерным исполнением, импровизацией движений и связок в фольклорных стилях и ритмах арабского танца;
- освоит традиционные аксессуары восточного танца и умение работать с ними;
- овладеет знаниями о позиции ног, рук, корпуса, головы в хореографии и умениями соединять их в связки;
- овладеет умением и знанием построения рисунка и композиции в танце;
- овладеет упражнениями по актерскому мастерству для улучшения исполнения восточного танца и раскрытие себя в нем;
- соблюдает правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях.

Метапредметные результаты связаны с формированием универсальных учебных действий, позволяющих эффективно решать разнообразные учебные и жизненные задачи:

- умеет наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- умеет выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства;
- умеет находить ассоциативные связи между художественными образами в восточном танце, других танцевальных направлениях и видов искусства;
- умеет передавать свои впечатления в танцевальной форме;

- овладеет сценической культурой и умением общаться со зрителем в танце;
- понимает и развито чувство прекрасного и эстетического в процессе обучения классической хореографии, постановочных композиций и импровизации;
- овладение разными источниками информации по восточному танцу.

Личностные результаты отражают изменения, происходящие в эмоционально-нравственной сфере ребенка:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию в области танцевальной культуры восточного танца;
- сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе различных видов танцевальной деятельности;
- сформирована позитивная ориентация на здоровый образ жизни;
- понимание причин успеха в творческой деятельности;
- овладение социально ценными личностными и нравственными качествами: трудолюбием, организованностью, добросовестным отношением к делу, инициативностью.

Формы подведения итогов реализации программы

Контроль знаний является составной частью процесса обучения, он позволяет педагогу оценивать получаемые обучающимися знания, умения и навыки, вовремя оказать необходимую помощь и добиться поставленных целей обучения.

В организациях дополнительного образования педагогами реализуются преимущественно нетрадиционные формы контроля (творческие задания, импровизация и другие), что способствует раскрытию индивидуальных особенностей обучающихся, повышению уровня развития познавательных способностей и активизации их самостоятельной работы на занятиях.

Результативность деятельности определяется от исходного уровня развития ребенка начальным контролем, текущей и итоговой аттестацией со стороны педагога и самоконтролем обучающихся. Главное требование к проведению итоговых контрольных мероприятий заключается в том, чтобы дети хотели их выполнять. Для этого, во-первых, их не должно быть много, и, во-вторых, желательно, чтобы они носили игровой характер. Подведение итогов реализации программы являются:

- открытые занятия;
- зачеты;
- конкурсы;

- праздничные концерты;
- отчетный концерт в конце учебного года.

Способами определения результативности программы являются диагностика, проводимая в конце года обучения в виде педагогического наблюдения и отчетного мероприятия.

Подведением итогов реализации программы являются:

- входящий контроль (январь) – педагогическое наблюдение.;
- промежуточная аттестация (май) - проводится по итогам полугодия (карта наблюдений за результатами обучения);
- промежуточная аттестация (декабрь 1, 2 год обучения) - проводится по итогам года (карта наблюдений за результатами обучения);
- итоговая аттестация (декабрь 3 год обучения) - проводится по завершении всего курса обучения по программе (карта достижений обучающихся).

Внешним результатом деятельности будет участие в конкурсах. Внутренним результатом деятельности станет развитие устойчивых личностных качеств детей: навыки сотрудничества и стремления к самореализации, творческая активность, эмоциональная гибкость, толерантность и способность к адекватной самооценке.

2. Содержание общеразвивающей программы

2.1. Учебный план

	№ п/п	Название раздела	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
			в	т	п	
1 год обучения	1.	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «Давайте познакомимся»	2	1	1	педагогическое наблюдение
	2.	Базовая техника арабского танца	74	4	70	зачет
	3.	Классическая хореография	18	3	15	зачет
	4.	Ритмы восточного танца	18	1	17	зачет
	5.	Импровизация	6	1	5	зачет
	6.	Классический арабский танец Межансе	24	1	23	зачет
	7.	Конкурс «Восточная красавица»	2		2	конкурс
			Итого на 1 году обучения - 144 часа			
2 год обучения	1.	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «И снова здравствуйте»	2	1	1	педагогическое наблюдение
	2.	Усложненная техника арабского танца	74	4	70	зачет
	3.	Классическая хореография	18	3	15	зачет
	4.	Ритмы восточного танца	18	1	17	зачет
	5.	Импровизация	6	1	5	зачет
	6.	Фольклорный танец «Халиджи»	24	1	23	зачет
	7.	Конкурс «Восточная красавица»	2		2	конкурс
			Итого на 2 году обучения - 144 часа			
3 год обучения	1.	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «И снова здравствуйте»	2	1	1	педагогическое наблюдение
	2.	Экзерсис усложненных движений и связок	46	4	42	зачет
	3.	Классическая хореография	18	3	15	зачет
	4.	Ритмы и стили восточного танца	30	1	29	зачет
	5.	Отработка импровизации	6	1	5	зачет
	6.	Постановочная композиция Нубия	18	1	17	зачет
	7.	Актерское мастерство в танце	6	1	5	конкурс
	8.	Концертная деятельность	16		16	конкурсы
	9.	Игровая программа «Восточная красавица»	2		2	творческие задания
			Итого на 3 году обучения - 144 часа			

Количество часов: В – всего, Т – теория, П - практика

2.2. Учебный (тематический) план 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		в	т	п	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «Будем знакомы»	2	1	1	педагогическое наблюдение
2.	Базовая техника арабского танца	74	4	70	зачет
2.1	Пластика	14	1	13	зачет
2.1.1	Движения «Бочка», «Тарелочка»	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.1.2	Движения «Волны» руками с плечами и без в разных вариантах	2		2	педагогическое наблюдение
2.1.3	Движения «Объемная «восьмерка» вперед и назад	2		2	педагогическое наблюдение
2.1.4	Движения «Объемная «восьмерка» с рондом	2		2	педагогическое

					наблюдение
2.1.5	Соединение изученных движений	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
2.2	Удары	18	1	17	зачет
2.2.1	Движения «Тройка» (шаг хаггалы)	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.2.2	Удары ягодицами	2		2	педагогическое наблюдение
2.2.3	Удары бедрами в разных плоскостях	2		2	педагогическое наблюдение
2.2.4	Движения «Ключ» вверх и вниз, с двойным сбросом	4		4	педагогическое наблюдение
2.2.5	Работа серединой бедра (работа на мышцах)	2		2	педагогическое наблюдение
2.2.6	Соединение изученных движений	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
2.3	Тряски	20	1	19	зачет
2.3.1	Классическая тряска («шимми»)	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.3.2	Тряска мышцами живота с волной	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.3	Тряска грудью в разных плоскостях	2		2	педагогическое наблюдение
2.3.4	Движения «Круг» на тряске	2		2	педагогическое наблюдение
2.3.5	Движения «Восьмерка» на тряске	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.6	Соединение изученных движений	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
2.4	Проходки	22	1	21	зачет
2.4.1	Проходка на качалке вверх	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.4.2	Проходка на качалке вниз	2		2	педагогическое наблюдение
2.4.3	Проходка на волне	2		2	педагогическое наблюдение
2.4.4	Проходка на волне через плие	4		4	педагогическое наблюдение
2.4.5	Проходка «тройка» (шаг хаггалы) в разных направлениях	4		4	педагогическое наблюдение
2.4.6	Проходка на «оттяжке»	2		2	педагогическое наблюдение
2.4.7	Соединение изученных движений в танцевальную композицию	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
3.	Классическая хореография	18	3	15	зачет
3.1	Изучение 1, 2 и 3 позиции рук	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.2	Изучение 1, 2 и 3 позиции ног	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.3	Port de bras 1 и 2	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.4	Работа корпуса на пластичных элементах восточного танца	4	0,5	3,5	педагогическое наблюдение

3.5	Упражнения на увеличение гибкости рук	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.6	Восточное Portdebras	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.7	Закрепление пройденного материала	4		4	зачет
4.	Ритмы восточного танца	18	1	17	зачет
4.1	Обозначение и чтение ритмов	4	1	3	педагогическое наблюдение
4.2	Ритм максум 4/4:DT-TD-T-	4		4	педагогическое наблюдение
4.3	Ритм фальяхи 2/4: DT-TD-T-	4		4	педагогическое наблюдение
4.4	Проходящий ритм мальфуф2/4: D-T-TD-T-T	4		4	педагогическое наблюдение
4.5	Закрепление пройденного материала	2		2	зачет
5	Импровизация	6	1	5	зачет
6	Классический арабский танец Межансе	24	1	23	зачет
6.1	Знакомство с музыкальным материалом постановки	2	1	1	педагогическое наблюдение
6.2	Отработка элементов танца	4		4	репетиция
6.3	Работа над музыкальностью и пластичностью	4		4	репетиция
6.4	Работа над техникой танца	4		4	репетиция
6.5	Отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений	4		4	репетиция
6.6	Выразительность и эмоциональность исполнения танца	4		4	репетиция
6.7	Премьера танца	2		2	премьера
7.	Конкурс «Восточная красавица»	2		2	конкурс
	Итого:	144	11	133	

Количество часов: В – всего, Т – теория, П - практика

Содержание учебного плана, 1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «Будем знакомы»

Теория. Инструктаж по правилам безопасности. Знакомство с программой «Жемчужины Востока». Содержание и форма занятий. Внешний вид обучающихся. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «обучающиеся - педагог» и отношения между детьми.

Практика. Игровая программа «Будем знакомы».

Раздел 2. Базовая техника арабского танца

Раздел 2.1 Пластика

Тема 2.1.1 Движения «Бочка», «тарелочка»

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям «Бочка», «Тарелочка».

Тема 2.1.2 Движения «Волны» руками с плечами и без в разных вариантах

Практика. Обучение движениям «Волны» руками с плечами и без в разных вариантах.

Тема 2.1.3 Движения «Объемная «восьмерка» вперед и назад

Практика. Обучение движениям «Объемная «восьмерка» вперед и назад.

Тема 2.1.4 Движения «Объемная «восьмерка» с рондом

Практика. Обучение движениям «Объемная «восьмерка» с рондом.

Тема 2.1.5 Соединение изученных движений

Практика. Соединение изученных движений в связки. Зачет.

Раздел 2.2 Удары

Тема 2.2.1 Движения «Тройка» (шаг хаггалы)

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям «Тройка» (шаг хаггалы).

Тема 2.2.2 Удары ягодицами

Практика. Обучение движениям. Удары ягодицами.

Тема 2.2.3 Удары бедрами в разных плоскостях

Практика. Обучение движениям. Удары бедрами в разных плоскостях.

Тема 2.2.4 Движения «Ключ» вверх и вниз, с двойным сбросом

Практика. Обучение движениям «Ключ» вверх и вниз, с двойным сбросом.

Тема 2.2.5 Работа серединой бедра (работа на мышцах)

Практика. Обучение движениям. Работа серединой бедра (работа на мышцах).

Тема 2.2.6 Соединение изученных движений

Практика. Соединение изученных движений в связки. Зачет.

Раздел 2.3 Тряски

Тема 2.3.1 Классическая тряска («шимми»)

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям классическая тряска («шимми»).

Тема 2.3.2 Тряска мышцами живота с волной

Практика. Обучение движениям тряска мышцами живота с волной.

Тема 2.3.3 Тряска грудью в разных плоскостях

Практика. Обучение движениям тряска грудью в разных плоскостях.

Тема 2.3.4 Движения «Круг» на тряске

Практика. Обучение движениям «Круг» на тряске.

Тема 2.3.5 Движения «Восьмерка» на тряске

Практика. Обучение движениям «Восьмерка» на тряске.

Тема 2.3.6 Соединение изученных движений

Практика. Соединение изученных движений в связки. Зачет.

Раздел 2.4 Проходки

Тема 2.4.1 Проходка на качалке вверх

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям проходка на качалке вверх.

Тема 2.4.2 Проходка на качалке вниз

Практика. Обучение движениям проходка на качалке вниз.

Тема 2.4.3 Проходка на волне

Практика. Обучение движениям проходка на волне.

Тема 2.4.4 Проходка на волне через плие

Практика. Обучение движениям проходка на волне через плие.

Тема 2.4.5 Проходка «тройка» (шаг хаггалы) в разных направлениях

Практика. Обучение движениям проходка «тройка» (шаг хаггалы) в разных направлениях.

Тема 2.4.6 Проходка на «оттяжке»

Практика. Обучение движениям проходка на «оттяжке».

Тема 2.4.7 Соединение изученных движений в танцевальную композицию

Практика. Соединение изученных движений в танцевальную композицию. Зачет.

Раздел 3. Классическая хореография

Тема 3.1 Изучение 1, 2 и 3 позиции рук

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям 1, 2 и 3 позиции рук.

Тема 3.2 Изучение 1, 2 и 3 позиции ног

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям 1, 2 и 3 позиции ног.

Тема 3.3 Port de bras 1 и 2

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям Port de bras 1 и 2.

Тема 3.4 Работа корпуса на пластичных элементах восточного танца

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям корпуса на пластичных элементах восточного танца.

Тема 3.5 Упражнения на увеличение гибкости рук

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Выполнение упражнений на увеличение гибкости рук.

Тема 3.6 Восточное Portdebras

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям Восточное Portdebras.

Тема 3.7 Закрепление пройденного материала

Практика. Закрепление пройденного материала. Зачет.

Раздел 4. Ритмы восточного танца

Тема 4.1 Обозначение и чтение ритмов

Теория. Объяснение, прочтение ритмов.

Практика. Простукивание ритмов. Выполнение движений под ритм.

Тема 4.2 Ритм максум 4/4:DT-TD-T-

Практика. Простукивание ритма максум 4/4:DT-TD-T-. Выполнение движений под этот ритм.

Тема 4.3 Ритм фаляхи 2/4: DT-TD-T-

Практика. Простукивание ритма фаляхи 2/4: DT-TD-T-. Выполнение движений под этот ритм.

Тема 4.4 Проходящий ритм мальфуф 2/4: D-T-TD-T-T

Практика. Простукивание проходящего ритма мальфуф 2/4: D-T-TD-T-T. Выполнение движений под этот ритм.

Тема 4.5 Закрепление пройденного материала

Практика. Закрепление пройденного материала.

Тема 5 Импровизация

Теория. Слушание и угадывание ритмов. Принцип логичного перехода из одного движения в другое.

Практика. Выполнение движений и связок под ритм. Разучивание связок под макум и фаляхи. Составить свою связку на 4 – 8 квадратов. Неподготовленная импровизация с использованием ранее изученных связок. Зачет.

Раздел 6 Классический арабский танец Межансе

Тема 6.1 Знакомство с музыкальным материалом постановки

Теория. Беседа и презентация. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Практика. Изучение танцевальных движений.

Тема 6.2 Отработка элементов танца

Практика. Репетиция: отработка элементов; синхронность в исполнении; работа над техникой танца.

Тема 6.3 Работа над музыкальностью и пластичностью

Практика. Репетиция: работа над музыкальностью; развитие пластичности.

Тема 6.4 Работа над техникой танца

Практика. Репетиция: изучение танцевальных движений; соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 6.5 Отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений

Практика. Репетиция: отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений в танце.

Тема 6.6 Выразительность и эмоциональность исполнения танца

Практика. Репетиция: отработка выразительности и эмоциональности исполнения танца.

Тема 6.7 Премьера танца

Практика. Премьера танца.

Тема 7. Конкурс «Восточная красавица»

Практика. Конкурс «Восточная красавица», творческие задания.

По окончании I года обучения обучающиеся

знают:

- единые требования к правилам поведения в хореографическом классе;
- первичные сведения об искусстве хореографии;
- особенности восточного танца и восточной музыки;
- базовые ритмы арабской музыки;
- культуру арабских танцев;
- хореографические названия изученных элементов;
- основные движения восточного танца;
- хореографические движения;
- принципы соединения элементов движений средней сложности в

отдельные связки;

- правила правильной осанки, положения рук и ног.

умеют:

– в течение всех танцевальных действий удерживать положение корпуса и рук;

- импровизировать различные рисунки танца;
- соединять отдельные движения в композиции;
- координировать работу рук, ног и корпуса;
- ориентироваться в пространстве, слышать ритм музыки, владеть

пластикой.

2.3. Учебный (тематический) план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		в	т	п	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «И снова здравствуйте»	2	1	1	педагогическое наблюдение
2.	Усложненная техника арабского танца	74	4	70	зачет
2.1	Пластика	16	1	15	зачет
2.1.1	Движения «Лошадка», «Каракатица»	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.1.2	Движения «Бочка» в глубокий наклон с волосами	4		4	педагогическое наблюдение
2.1.3	Движения «Бесконечный маятник» и «Тарелочка»	4		4	педагогическое наблюдение
2.1.4	Соединение изученных движений	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
2.2	Удары	16	1	15	зачет
2.2.1	Движения «Тройка» (шаг хаггалы), удары плечами в разном темпе	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.2.2	Горизонтальный круг с ударом одним бедром назад	4		4	педагогическое наблюдение
2.2.3	«Ключ» в разных вариантах, выпад в ягодицу	4		4	педагогическое наблюдение
2.2.4	Соединение изученных движений	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
2.3	Тряски	20	1	19	зачет
2.3.1	Тряска на «тарелочке», тряска на «волне»	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.3.2	«Побегушки», «побегушки» а-ля самбо	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.3	«Маятник» на тряске сверху вниз и снизу-вверх	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.4	Тряска на «качалке»	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.5	Соединение изученных движений	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
2.4	Проходки	22	1	21	зачет
2.4.1	Возвратный шаг, проходка на «тарелочке»	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.4.2	Проходка на «ключе» с киком, проходка на «маятнике»	2		2	педагогическое наблюдение
2.4.3	Проходка на дуге в себя, проходка на «оттяжке» с тряской	2		2	педагогическое наблюдение
2.4.4	Соединение изученных движений в танцевальную композицию	4		4	педагогическое наблюдение, зачет
3.	Классическая хореография	18	3	15	зачет
3.1	Позиции рук и ног	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.2	Классический экзерсис. Releve	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.3	Battement tendu	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.4	Battement tendujete	4	0,5	3,5	педагогическое наблюдение

3.5	Pour les pied	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.6	Battement tendu Belly dance	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.7	Закрепление пройденного материала	4		4	зачет
4.	Ритмы восточного танца	18	1	17	зачет
4.1	Ритм баледи: 4/4. DD-TD-T-. Импровизация	4	1	3	педагогическое наблюдение
4.2	Элементы под ритм баледи	4		4	педагогическое наблюдение
4.3	Ритм Саиди: 4/4. DT-DD-T-	4		4	педагогическое наблюдение
4.4	Веселые движения под ритм Саиди. Подскоки	4		4	педагогическое наблюдение
4.5	Закрепление пройденного материала	2		2	зачет
5	Импровизация	6	1	5	зачет
6	Фольклорный танец «Халиджи»	24	1	23	зачет
6.1	Знакомство с музыкальным материалом постановки	2	1	1	педагогическое наблюдение
6.2	Отработка элементов танца	4		4	репетиция
6.3	Работа над музыкальностью и пластичностью	4		4	репетиция
6.4	Работа над техникой танца	4		4	репетиция
6.5	Отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений	4		4	репетиция
6.6	Выразительность и эмоциональность исполнения танца	4		4	репетиция
6.7	Премьера танца	2		2	премьера
7.	Конкурс «Восточная красавица»	2		2	конкурс
	Итого:	144	11	133	

Содержание учебного плана, 2 год обучения

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «И снова здравствуйте»

Теория. Инструктаж по правилам безопасности. Знакомство с программой «Жемчужины Востока». Содержание и форма занятий. Внешний вид обучающихся. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «обучающиеся - педагог» и отношения между детьми.

Практика. Игровая программа «И снова здравствуйте».

Раздел 2. Базовая техника арабского танца

Раздел 2.1 Пластика

Тема 2.1.1 Движения «Лошадка», «Каракатица»

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям «Лошадка», «Каракатица».

Тема 2.1.2 Движения «Бочка» в глубокий наклон с волосами

Практика. Обучение движениям «Бочка» в глубокий наклон с волосами.

Тема 2.1.3 Движения «Бесконечный маятник» и «Тарелочка»

Практика. Обучение движениям «Бесконечный маятник» и «Тарелочка».

Тема 2.1.4 Соединение изученных движений

Практика. Соединение изученных движений в связки.

Раздел 2.2 Удары

Тема 2.2.1 Движения «Тройка» (шаг хаггалы), удары плечами в разном темпе

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям «Тройка» (шаг хаггалы), удары плечами в разном темпе.

Тема 2.2.2 Горизонтальный круг с ударом одним бедром назад

Практика. Обучение движениям. Горизонтальный круг с ударом одним бедром назад.

Тема 2.2.3 Удары бедрами в разных плоскостях

Практика. Обучение движениям. Удары бедрами в разных плоскостях.

Тема 2.2.4 Движения «Ключ» вверх и вниз, с двойным сбросом

Практика. Обучение движениям «Ключ» вверх и вниз, с двойным сбросом.

Тема 2.2.5 Работа серединой бедра (работа на мышцах)

Практика. Обучение движениям. Работа серединой бедра (работа на мышцах).

Тема 2.2.6 Соединение изученных движений

Практика. Соединение изученных движений в связки.

Раздел 2.3 Тряски

Тема 2.3.1 Классическая тряска («шимми»)

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям классическая тряска («шимми»).

Тема 2.3.2 Тряска мышцами живота с волной

Практика. Обучение движениям тряска мышцами живота с волной.

Тема 2.3.3 Тряска грудью в разных плоскостях

Практика. Обучение движениям тряска грудью в разных плоскостях.

Тема 2.3.4 Движения «Круг» на тряске

Практика. Обучение движениям «Круг» на тряске.

Тема 2.3.5 Движения «Восьмерка» на тряске

Практика. Обучение движениям «Восьмерка» на тряске.

Тема 2.3.6 Соединение изученных движений

Практика. Соединение изученных движений в связки.

Раздел 2.4 Проходки

Тема 2.4.1 Проходка на качалке вверх

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям проходка на качалке вверх.

Тема 2.4.2 Проходка на качалке вниз

Практика. Обучение движениям проходка на качалке вниз.

Тема 2.4.3 Проходка на волне

Практика. Обучение движениям проходка на волне.

Тема 2.4.4 Проходка на волне через плие

Практика. Обучение движениям проходка на волне через плie.

Тема 2.4.5 Проходка «тройка» (шаг хаггалы) в разных направлениях

Практика. Обучение движениям проходка «тройка» (шаг хаггалы) в разных направлениях.

Тема 2.4.6 Проходка на «оттяжке»

Практика. Обучение движениям проходка на «оттяжке».

Тема 2.4.7 Соединение изученных движений в танцевальную композицию

Практика. Соединение изученных движений в танцевальную композицию.

Раздел 3. Классическая хореография

Тема 3.1 Изучение 1, 2 и 3 позиции рук

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям 1, 2 и 3 позиции рук.

Тема 3.2 Изучение 1, 2 и 3 позиции ног

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям 1, 2 и 3 позиции ног.

Тема 3.3 Port de bras 1 и 2

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям Port de bras 1 и 2.

Тема 3.4 Работа корпуса на пластичных элементах восточного танца

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям корпуса на пластичных элементах восточного танца.

Тема 3.5 Упражнения на увеличение гибкости рук

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Выполнение упражнений на увеличение гибкости рук.

Тема 3.6 Восточное Portdebras

Теория. Объяснение техники исполнения движений.

Практика. Обучение движениям Восточное Portdebras.

Тема 3.7 Закрепление пройденного материала

Практика. Закрепление пройденного материала.

Раздел 4. Ритмы восточного танца

Тема 4.1 Обозначение и чтение ритмов

Теория. Объяснение, прочтение ритмов.

Практика. Простукивание ритмов. Выполнение движений под ритм.

Тема 4.2 Ритм максум 4/4:DT-TD-T-

Практика. Простукивание ритма максум 4/4:DT-TD-T-. Выполнение движений под этот ритм.

Тема 4.3 Ритм фaляхи 2/4: DT-TD-T-

Практика. Простукивание ритма фaляхи 2/4: DT-TD-T-. Выполнение движений под этот ритм.

Тема 4.4 Проходящий ритм мальфуф 2/4: D-T-TD-T-T

Практика. Простукивание проходящего ритма мальфуф2/4: D-T-TD-T-T. Выполнение движений под этот ритм.

Тема 4.5 Закрепление пройденного материала

Практика. Закрепление пройденного материала.

Тема 5 Импровизация

Теория. Слушание и угадывание ритмов. Принцип логичного перехода из одного движения в другое.

Практика. Выполнение движений и связок под ритм. Разучивание связок под мажор и минор. Составить свою связку на 4 – 8 квадратов. Неподготовленная импровизация с использованием ранее изученных связок.

Раздел 6 Фольклорный танец «Халиджи»

Тема 6.1 Знакомство с музыкальным материалом постановки

Теория. Беседа и презентация. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Практика. Изучение танцевальных движений.

Тема 6.2 Отработка элементов танца

Практика. Репетиция: отработка элементов; синхронность в исполнении; работа над техникой танца.

Тема 6.3 Работа над музыкальностью и пластичностью

Практика. Репетиция: работа над музыкальностью; развитие пластичности.

Тема 6.4 Работа над техникой танца

Практика. Репетиция: изучение танцевальных движений; соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 6.5 Отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений

Практика. Репетиция: отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений в танце.

Тема 6.6 Выразительность и эмоциональность исполнения танца

Практика. Репетиция: отработка выразительности и эмоциональности исполнения танца.

Тема 6.7 Премьера танца

Практика. Премьера танца.

Тема 7. Конкурс «Восточная красавица»

Практика. Конкурс «Восточная красавица», творческие задания.

По окончании II года обучения обучающиеся

знают:

- основы хореографии и физической подготовки;
- правила безопасности и профилактики травматизма;
- традиционные аксессуары восточного танца;
- проявления психофункциональных особенностей собственного организма, индивидуальных способов контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовки;

умеют:

- исполнять усложненную технику арабского танца (движения пластики, ударов, трясок, проходок);
- распознавать и различать фольклорные ритмы и стили арабского танца;
- импровизировать с традиционными аксессуарами восточного танца;
- проявлять индивидуальные способности посредством занятий танцами;
- работать в коллективе, общаться со зрителем в танце;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень работоспособности;
- основу сценической культуры;

понимают:

- культурное многообразие мира (музыки, традиций, костюмов);

проявляют:

- уважение к культуре своего и других народов, толерантность.

2.4. Учебный (тематический) план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		в	т	п	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «И снова здравствуйте»	2	1	1	педагогическое наблюдение
2.	Экзерсис усложненных движений и связок	46	4	42	зачет
2.1	Пластика	10	1	9	зачет
2.1.1	Пластичные движения	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.1.2	Комбинирование движений и разучивание связок	4		4	педагогическое наблюдение
2.1.3	Самостоятельное составление связок на пластику	2		2	педагогическое наблюдение, зачет
2.2	Удары	10	1	9	зачет
2.2.1	Движения с ударами. Акценты	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.2.2	Комбинирование движений и разучивание связок с ударами	4		4	педагогическое наблюдение
2.2.3	Самостоятельное составление движений с акцентами в связки	2		2	педагогическое наблюдение, зачет
2.3	Тряски	18	1	17	зачет
2.3.1	Табла. Наложение трясок на усложненные движения	4	1	3	педагогическое наблюдение
2.3.2	Табла. Акценты. Паузы	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.3	Партерная техника с трясками	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.4	Разучивание связок табла	4		4	педагогическое наблюдение
2.3.5	Самостоятельное составление связок табла	2		2	педагогическое наблюдение, зачет
2.4	Проходки	8	1	7	зачет
2.4.1	Варианты проходок с арабеском	2	1	1	педагогическое наблюдение
2.4.2	Варианты проходок на шассе	2		2	педагогическое наблюдение
2.4.3	Варианты проходок с трясками и ударами	2		2	педагогическое наблюдение
2.4.4	Самостоятельное составление связок с изученными проходками	2		2	педагогическое наблюдение, зачет
3.	Классическая хореография	18	3	15	зачет
3.1	Разбор комбинации с plie	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.2	Saute. Прыжки и пружина в стопе	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.3	Разбор комбинации с прыжками	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.4	Понятие оси. Ронды в восточном танце	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.5	1 и 2 арабески	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение
3.6	Комбинации с арабесками	2	0,5	1,5	педагогическое наблюдение

3.7	Закрепление пройденного материала	4		4	зачет
4.	Ритмы и стили восточного танца	30	1	31	зачет
4.1	Ритмы и стили восточного танца	2	1	1	педагогическое наблюдение
4.2	Халиджи	14		14	зачет
4.2.1	Ритм Халиджи: 4/4.D-D-T. Разнообразное использование движений	4		4	педагогическое наблюдение
4.2.2	Движения верхней частью туловища под ритм	4		4	педагогическое наблюдение
4.2.3	Движения волосами	2		2	педагогическое наблюдение
4.2.4	Разучивание связок	4		4	педагогическое наблюдение
4.3	Хаггала	14		14	зачет
4.3.1	Манерное исполнение движений и связок в стилях танца	2		2	педагогическое наблюдение
4.3.2	Разучивание шага с шимми	4		4	педагогическое наблюдение
4.3.3	Приседания и подскоки, вращения и повороты	4		4	педагогическое наблюдение
4.3.4	Разучивание связок	4		4	педагогическое наблюдение
5.	Отработка импровизации	6	1	5	зачет
6.	Постановочная композиция Нубия	18	1	17	зачет
6.1	Знакомство с музыкальным материалом постановки	2	1	1	педагогическое наблюдение
6.2	Отработка элементов танца	4		4	репетиция
6.3	Работа над музыкальностью и пластичностью	2		2	репетиция
6.4	Работа над техникой танца	2		2	репетиция
6.5	Отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений	4		4	репетиция
6.6	Выразительность и эмоциональность исполнения танца	2		2	репетиция
6.7	Премьера танца	2		2	преьера
7.	Актерское мастерство в танце	6	1	5	конкурс
8.	Концертная деятельность	16		16	конкурсы
9	Игровая программа «Восточная красавица»	2		2	творческие задания
		144	12	132	

Содержание учебного плана, 3 год обучения

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ПБ. Игровая программа «И снова здравствуйте»

Теория. Инструктаж по правилам безопасности. Знакомство с программой «Жемчужины Востока». Содержание и форма занятий. Внешний вид обучающихся. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «обучающиеся - педагог» и отношения между детьми.

Практика. Игровая программа «И снова здравствуйте».

Раздел 2. Экзерсис усложненных движений и связок

Раздел 2.1 Пластика

Тема 2.1.1 Пластичные движения

Теория. Объяснение технически сложных элементов и комбинаций.

Практика. Творческие задания.

Тема 2.1.2 Комбинирование движений и разучивание связок

Практика. Творческие задания.

Тема 2.1.3 Самостоятельное составление связок на пластику

Практика. Творческие задания. Зачет.

Раздел 2.2 Удары

Тема 2.2.1 Движения с ударами. Акценты

Теория. Акценты.

Практика. Экзерсис технически сложных элементов с акцентами.

Тема 2.2.2 Комбинирование движений и разучивание связок с ударами

Практика. Творческие задания.

Тема 2.2.3 Самостоятельное составление движений с акцентами в связки

Практика. Творческие задания. Зачет.

Раздел 2.3 Тряски

Тема 2.3.1 Табла. Наложение трясок на усложненные движения

Теория. Объяснение техники наложения трясок на сложные элементы.

Практика. Экзерсис технически сложных элементов и комбинаций с трясками.

Тема 2.3.2 Табла. Акценты. Паузы

Практика. Творческие задания.

Тема 2.3.3 Партерная техника с трясками

Практика. Творческие задания.

Тема 2.3.4 Разучивание связок табла

Практика. Творческие задания.

Тема 2.3.5 Самостоятельное составление связок табла

Практика. Творческие задания. Зачет.

Раздел 2.4 Проходки

Тема 2.4.1 Варианты проходок с арабеском

Теория. Объяснение техники исполнения технически сложных проходок.

Практика. Обучение проходкам.

Тема 2.4.2 Варианты проходок на шассе

Практика. Творческие задания.

Тема 2.4.3 Варианты проходок с трясками и ударами

Практика. Творческие задания.

Тема 2.4.4 Самостоятельное составление связок с изученными проходками

Практика. Творческие задания. Зачет.

Раздел 3. Классическая хореография

Тема 3.1 Разбор комбинации с plié

Теория. Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений с комбинаций plié.

Тема 3.2 Saute. Прыжки и пружина в стопе

Теория. Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений.

Тема 3.3 Разбор комбинации с прыжками

Теория. Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений.

Тема 3.4 Понятие оси. Ронды в восточном танце

Теория. Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений.

Тема 3.5 1 и 2 арабески

Теория. Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений.

Тема 3.6 Комбинации с арабесками

Теория. Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений.

Тема 3.7 Закрепление пройденного материала

Практика. Творческие задания. Зачет.

Раздел 4. Ритмы и стили восточного танца

Тема 4.1 Ритмы и стили восточного танца

Теория. Объяснение манеры исполнения. Прослушивание музыки.

Практика. Манерное исполнение движений и связок в стилях танца.

Раздел 4.2 Халиджи

Тема 4.2.1 Ритм Халиджи: 4/4.D-D-T. Разнообразное использование движений

Практика. Исполнение движений и связок в стилях танца.

Тема 4.2.2 Движения верхней частью туловища под ритм

Практика. Исполнение движений и связок в стилях танца.

Тема 4.2.3 Движения волосами

Практика. Исполнение движений и связок в стилях танца.

Тема 4.2.4 Разучивание связок

Практика. Исполнение движений и связок в стилях танца. Зачет.

Раздел 4.3 Хаггала

Тема 4.3.1 Манерное исполнение движений и связок в стилях танца

Теория. Объяснение манеры исполнения. Прослушивание музыки.

Практика. Манерное исполнение движений и связок в стилях танца.

Тема 4.3.2 Разучивание шага с шимми

Практика. Исполнение движений в стилях танца.

Тема 4.3.3 Приседания и подскоки, вращения и повороты

Практика. Исполнение движений в стилях танца.

Тема 4.3.4 Разучивание связок

Практика. Исполнение движений и связок в стилях танца. Зачет.

Тема 5. Отработка импровизации

Теория. Слушание музыкальных инструментов. Принцип логичного перехода из одного движения в другое.

Практика. Выполнение движений и связок в халиджи и тарабе. Зачет.

6. Постановочная композиция Нубия

Тема 6.1 Знакомство с музыкальным материалом постановки

Теория. Беседа и презентация. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Практика. Изучение танцевальных движений.

Тема 6.2 Отработка элементов танца

Практика. Репетиция: отработка элементов; синхронность в исполнении; работа над техникой танца.

Тема 6.3 Работа над музыкальностью и пластичностью

Практика. Репетиция: работа над музыкальностью; развитие пластичности.

Тема 6.4 Работа над техникой танца

Практика. Репетиция: изучение танцевальных движений; соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 6.5 Отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений

Практика. Репетиция: отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений в танце.

Тема 6.6 Выразительность и эмоциональность исполнения танца

Практика. Репетиция: отработка выразительности и эмоциональности исполнения танца.

Тема 6.7 Премьера танца

Практика. Премьера танца.

Тема 7. Актерское мастерство в танце

Теория. Что такое актерское мастерство? Объяснение упражнений и заданий.

Практика. Выполнение упражнений и заданий. Творческие постановки.

Тема 8. Концертная деятельность

Практика. Участие в конкурсных мероприятиях.

Тема 9 Игровая программа «Восточная красавица»

Практика. Игровая программа «Восточная красавица». Творческие задания.

По окончании III года обучения обучающиеся знают:

- упражнения по актерскому мастерству для улучшения исполнения восточного танца и раскрытие себя в нем;
- упражнения по актерскому мастерству на снятие мышечных блоков и зажимов, на передачу эмоций и идей зрителям, раскрытие себя в творческой сольной постановке;
- технику упражнений и комбинаций классической хореографии;

- упражнения физической подготовки, стрейчинга;
- манерное исполнение, импровизацию движений и связок в фольклорных стилях и ритмах арабского танца;

- упражнения на проработку бедер;

- движения и связки в фольклорных стилях арабского танца и Фьюжн;

умеют:

- исполнять экзерсис усложненных движений и связок, самостоятельное их составление;

- передавать свои впечатления в устной и письменной форме;

- произвести позитивную самооценку своих танцевальных и творческих способностей;

- исполнять: экзерсис технически сложных элементов и комбинаций классической хореографии, неподготовленной импровизации, самостоятельное их составление;

- общаться при коллективном выполнении творческих работ или проектов с учетом общности интересов и возможностей членов коллектива;

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни и танцевального искусства и оценивать их;

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства;

- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;

- принимать и сохранять цели и задачи танцевальной деятельности;

владеют:

- коммуникативной компетентностью в общении и сотрудничестве со сверстниками;

- установкой на безопасный, здоровый образ жизни;

проявляют:

- устойчивый интерес и чувства прекрасного и эстетического в процессе обучения классической хореографии, постановочных композиций и импровизации;

- уважительное отношение к истории и культуре других народов.

3. Организационно-педагогические условия

3.1 Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	1 – 3 год обучения
1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	72
3	Количество часов в неделю	4
4	Количество учебных недель 1 полугодие	21 (12.01-07.06)
5	Продолжительность летних каникул	08.06. – 31.08.
7	Количество учебных недель 2 полугодие	15 (15.09-30.12)
8	Количество часов	144
9	Начало занятий	12 января
10	Окончание учебного года	30 декабря

3.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

материально-технические условия:

- отдельный танцевальный зал с зеркалами;
- кабинет-костюмерная;
- мультимедийное оборудование;

материально-техническое оснащение занятий:

- шарфы -15 штук,
- бубны – 6 штук,
- занги – 20 штук (приобретают родители),
- сценические костюмы (отшивают родители),
- головные уборы, пояса, навески (изготавливают родители).

Канцелярские принадлежности, атрибуты и материалы приобретают родители/законные представители.

Кадровое обеспечение в реализации программы принимает участие педагог дополнительного образования со средне специальным или высшим педагогическим образованием любой квалификационной категории, владеющий знаниями в области хореографии и обладающий навыками для проведения занятий по данной программе.

Методическое обеспечение образовательного процесса.

Цифровые образовательные ресурсы:

презентации по темам:

- танцевальные жанры в музыке;

- «Мое хобби восточные танцы»;
- «Спортивные бальные танцы»;
- «Изготовление юбки для Восточного танца».

Информационно дидактические материалы:

- примерные конспекты занятий;
- методы, используемые педагогом для реализации ОП;
- базовые ритмы в арабской музыке;
- базовые движения восточного танца;
- танцевальные игры;
- жанры восточной музыки: таксим, муашшах, лайали, касында, мауаль;
- образцы и схемы украшений для костюмов;
- разработка конкурсной программы «Принцесса Востока».

Контрольные и проверочные пособия:

- материалы для проведения входящего контроля, промежуточной и итоговой аттестаций;
- задания на создание собственных комбинации, задания на импровизацию;
- анкеты для детей и родителей;
- информационная карта освоения обучающимися образовательной программы.

Методическое обеспечение ДООП «Жемчужины Востока»

	Название раздела	Материально- техническое оснащение, дидактико- методический материал	Формы, методы, приемы обучения Педагогические технологии	Формы учебного занятия
1 год обучения				
1	Базовая техника арабского танца	Отдельный танцевальный зал с зеркалами, кабинет- костюмерная, мультимедийное оборудование, реквизит; презентации по темам ОП, конспекты занятий, образцы и схемы украшений для костюмов, разработки конкурсных программ, контрольные и проверочные пособия	Формы занятий: групповая, индивидуально- групповая, фронтальная. Методы и приемы обучения: словесный, исследовательский, Иллюстративный, репродуктивный, создание психологически благоприятной атмосферы, доброжелательность. Педагогические технологии: личностно- ориентированное обучение, КТД, игровая, коммуникативная, здоровьесберегающая	комбинированное
2	Классическая хореография			комбинированное
3	Ритмы восточного танца			комбинированное
4	Импровизация			творческая мастерская
5	Классический арабский танец Межансе			репетиционные отчетный концерт
6	Конкурс «Восточная красавица»			конкурсное
2 год обучения				
1	Усложненная техника арабского танца	Отдельный танцевальный зал с зеркалами, кабинет- костюмерная, мультимедийное оборудование, реквизит;	Формы занятий: групповая, индивидуально - групповая, фронтальная. Методы и приемы обучения: словесный, исследовательский,	комбинированное
2	Классическая хореография			комбинированное

3	Ритмы восточного танца	презентации по темам ОП, конспекты занятий, образцы и схемы украшений для костюмов, разработки конкурсных программ, контрольные и проверочные пособия	Иллюстративный, репродуктивный, создание психологически благоприятной атмосферы; доброжелательность. Педагогические технологии: КТД, коммуникативная, игровая, личностно - ориентированное обучение, здоровьесберегающая	творческая мастерская
4	Импровизация			репетиционные
5	Фольклорный танец «Халиджи»			репетиционное
6	Конкурс «Восточная красавица»			конкурсное
3 год обучения				
1	Экзерсис усложненных движений и связок	Отдельный танцевальный зал с зеркалами, кабинет-костюмерная, мультимедийное оборудование, реквизит; презентации по темам ДООП, конспекты занятий, образцы и схемы украшений для костюмов, разработки конкурсных программ, контрольные и проверочные пособия	Формы занятий: групповая, индивидуально- групповая, фронтальная. Методы и приемы обучения: словесный, исследовательский, Иллюстративный, репродуктивный, создание психологически благоприятной атмосферы; доброжелательность. Педагогические технологии: личностно- ориентированное обучение, КТД, игровая, коммуникативная, здоровьесберегающая	комбинированное
2	Классическая хореография			комбинированное
3	Ритмы и стили восточного танца			комбинированное
4	Отработка импровизации			творческая мастерская
5	Постановочная композиция Нубия			репетиционное
6	Актерское мастерство в танце			творческая мастерская
7	Концертная деятельность			конкурсное
8	Игровая программа «Восточная красавица»			игровое

3.3 Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Личная аттестация обучающихся. Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: балетные данные, музыкально-ритмические способности, сценическая культура.

При переходе с одного этапа на другой, дети проходят контрольную аттестацию по предметам.

Такие условия перевода на следующий этап обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень хореографической подготовленности детей.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же обучающегося (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Наряду с основными методами **оценки результативности** обучения применяется разработанная в коллективе **система контроля успеваемости и аттестации обучающихся**. Данная система предполагает вступительный контроль, текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.

Входящий контроль в начале учебного года для определения уровня подготовки ребенка и распределения в группы.

Текущая аттестация регулярно (по окончании темы) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Для обучающихся 1 уровня обучения основным методом промежуточной аттестации является метод скрытого педагогического наблюдения и открытые занятия для родителей.

Основным методом промежуточной аттестации на 2 и 3 уровнях обучения по программе являются: метод педагогического наблюдения; проведение зачетных мероприятий.

Итоговая аттестации проводится в конце каждого из уровней обучения по всем дисциплинам и фиксируется в аттестационную ведомость.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого этапа обучения проводится смотр исходного уровня владения навыками.

Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным смотром и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня. Уровни владения навыками приводятся по следующей шкале: высокий; средний; низкий.

Процедура оценки эффективности обучения на соответствующем этапе в коллективе предполагает соотнесение следующих параметров и критериев, разработанных педагогами коллектива, с уровнями хореографической подготовки.

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Параметры	Критерии
Хореографические данные	– осанка – выворотность – танцевальный шаг – подъем стопы – гибкость – прыжок

Музыкально-ритмические способности	– чувство ритма – координация движений: – нервная – мышечная – двигательная – музыкально-ритмическая координация
Сценическая культура	– эмоциональная выразительность – создание сценического образа

Оценка и контроль результатов обучения

Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.

Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижности определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Музыкально – ритмическая координация. Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки на всех этапах

Параметр	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Балетные данные	– хорошая осанка – отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах) – танцевальный шаг – высокий подъем стопы – очень хорошая гибкость – легкий высокий прыжок	– не очень хорошая осанка – выворотность в 2 из 3 суставов – танцевальный шаг – средний подъем – не очень хорошая гибкость – легкий средний прыжок	– плохая осанка – выворотность в 1 из 3 суставов – танцевальный шаг ниже – низкий подъем – плохая гибкость – нет прыжка
Музыкально-ритмические способности	– отличное чувство ритма – координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов) – нервная, мышечная, двигательная, музыкально – ритмическая координация – четко исполняет танцевальные элементы – под музыку	– среднее чувство ритма – координация – движений 2 показателя из 3 – музыкально- ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку	– нет чувства ритма – координации движений 1 показатель из 3 – музыкально- ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура	– очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, – легко и непринужденно держится на сцене – создание сценического образа – перевоплощается в нужный образ	– не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене – создание сценического образа – – не сразу перевоплощается в нужный образ	– нет эмоциональной выразительности, – очень зажат на сцене – не может создать сценический образ

От этапа к этапу спектр возможностей обучающихся расширяется, хотя параметры и критерии оценивания остаются прежними. Уровень предъявляемых требований коррелируется с возрастающим уровнем развития параметров на каждом этапе обучения, что предусмотрено программой по хореографии.

Итоговый отчет результативности освоения программы проводится ежегодно в форме отчетного концерта, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ творческих достижений детей.

Обучающиеся, освоившие в полном объеме материал за учебный год, переводятся на следующий год обучения. Обучающиеся, показавшие стабильно высокие результаты обучения, могут быть переведены по рекомендации педагога на следующий этап обучения досрочно (по результатам итоговой и промежуточной аттестации).

4. Список литературы

Нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
3. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
8. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
9. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
10. Приказ Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882-391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
12. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции

развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

13. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом».

14. Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области, приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области № 219-д от 04.03.2022 «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 № 934-д.

Список литературы для педагога

1. Александрова Н.А. Балет, танец, хореография. Словарь танцевальных терминов. Санкт-Петербург - Москва - Краснодар. Издательство «Планета музыки». 2012-622 с.
2. Ар Сантем, Ар Зонго, АриСуфит. Искусство арабского танца. Учебное пособие. - М.: Институт Йога Гуру Ар Сантема, 1998.
3. Ар Сантем, АриСуфит. Ступени мастерства для практикующих преподавателей танца. Методическое пособие. - М.: ИЙГАС, 2004.
4. Брон Л. Самоучитель восточных танцев. Танец живота. Издательство: Ростовна-Дону, Феникс, 2004. Цыганкова Р., Авижас А. Беллиданс, - Ростов-на-Дону, «Феникс», 2005.
5. Журнал «Ориенталь» (русский журнал о восточном танце). - № 3 2005, № 2 2005, № 4 2006, № 2 2010.
6. Зайферт Д. Педагогика и психология танца. Санкт-Петербург - Москва - Краснодар. Издательство «Планета музыки». 2012-227 с.
7. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – Москва, «ВАКО», – 2004.
8. Росанова О.В. Восточный танец. Секреты создания костюма, - «Феникс», 2006.
9. Крючек Е.С. Аэробика, содержание и методика проведения оздоровительных занятий, С-Петербург, 1999г. Цыганкова Р. Школа восточного танца, - Ростов-на-Дону, «Феникс», 2006
10. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. - М.: Институт Практической Психологии, 1997. / Под редакцией Рузской А.Г.
11. Петрушин В.И. Музыкальная психотерапия. - М.: Владос, – 2000. Ступкина М.О., Ростова В.А. Оздоровительная аэробика, - 2003г.

12. Росанова О.В. Восточный танец. Секреты создания костюма. - М.: Издательство ФЕНИКС, 2006.
13. Черемнова Е. Танцетерапия: Танцевально-оздоровительные методики для детей. – М.: Феникс, 2008.

Список литературы для детей

1. Аксенова Мариам. Энциклопедия для детей. Том 7. Искусство. Часть 1. – М.: Аванта+, 2009.
2. Мудрые и веселые сказки со всего света. Книга 2: Восток. М.: ОксиПресс, 2008.
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Просвещение, 1991.
- Купер Л. Танец живота. Шаг за шагом/ Пер. С англ. СПб.: «Издательство «Диля», 2005.

Интернет-ресурсы:

1. Стили восточных танцев [Электронный ресурс]/ Форум портала «Танец живота» – <http://bellydance.webtalk.ru/viewtopic.php?id=31>
2. Юбки для танца живота [Электронный ресурс]/ Танец живота – самоучитель – <http://www.bellydances.ru/2d.php>

Базовые ритмы в восточных танцах

Обозначения:

- D DUM - чистый низкий акцентированный звук
- T Тек - чистый высокий акцентированный звук
- __ - промежуток между ударами к ка - чистый высокий неакцентированный звук (на барабанах левой рукой)
- S Slap - глухой низкий акцентированный звук

Большими буквами обозначены акцентированные звуки, маленькими - наполнение. Соответственно, D-T-__T-D-__T-__ читается как ОиМ -Тек-(и)-Тек-ОиМ -(и)-Тек-(и), а D-T-kkT-D-kkT-kk читается как DUMTek-какаTek-DUM-какаTek-кака. Сокращения введены только для того, чтобы вы видели на схеме, как удары укладываются в 4/4 или 8/4 или в другой размер.

I. МАКСУМ.

Этот ритм широко распространен в любой музыке Среднего Востока и Средиземноморья. Простой «максум» является базовым для множества ритмов и особенно важен в современной и фольклорной музыке Египта,

максум 4/4

1 -+-2 -+-3 -+-4-+-|D-T-__T-D-__T-__| базовый

D-T-kkT-D-kkT-kk| наполненный

D-S-tkS-D-tkS-tk| акцентированный

«идущий» максум 4/4

1-+-2-+-3 -+-4-+-|D-T-k-T-D-k-T—| базовый

D-T-k-T-D-k-T-tk| с мостиком

II. БАЛАДИ.

Это более фольклорный вариант базового средневосточного «максум», который характеризуется двумя DUM, начинающими фразу. Довольно часто он называется «масмуди сагир» («короткий масмуди») потому что имеет такие же акценты, как «масмуди», но играется на 4/4 вместо 8/4. Среди танцовщиц все-таки он более известен как «балади» (беледи). Этот ритм весьма типичен для современного беллиданса. «Балади» обычно играется медленнее, чем «максум».

балади 4/4

1-+-2-+-3-+-4-+-|D-D-__T-D-__T-__| базовый

D-D-tkT-D-tkT-tk| наполненный

D-D-T-S-D-T-S-tk| «египетский классический»

III. САИДИ.

«Саиди» - еще один ритм семейства максум. «Саиди» получается удвоением среднего DUM. Имеет немного другой оттенок и заполнение, популярен в верхнем Египте (Напоминаем Вам, что верхний Египет соответствует верховью

Нила, то есть югу Египта). Так же как «балади», играется быстро. Традиционно он используется в народном мужском танце с палками, а также в беллидансе, где он превратился в танец с тростью.

саиди 4/4

1-+-2-+-3-+-4-+-|D-T-__D-D-__T-__j базовый

D-T-tkD-D-tkT-tk| наполненный

IV. ЧИФТЕТЕЛИ.

Если взять ритмы группы «максум» и добавить к ним еще один сегмент из 4 битов (получается 8/4), получается ритм, обычно ассоциируемый с Турецким или Греческим ритмом «чифтетели». База этих ритмов такая же, как в «максум», но он наполняется на 8/4 и оставляет другое впечатление. Часто используется в турецком беллидансе, обычно играется медленно и не сильно наполняется.

чифтетели 8/4

1-+-2-+-3-+-4-+-5-+-6-+-7-+-8-+-|D— T— T—D— D—T—____ | базовый

D-tkT-T-tkD-T-tkD— D—TtkT— | наполненный

V. МАСМУДИ.

Ритмы часто комбинируются, или имеют вариации в половину длины или, наоборот, вдвое длинней. Базовый «максум», играемый в два раза медленней, называется «масмуди». «Масмуди» характерен объединением двух 4-битовых музыкальных фраз. Иногда он называется «масмуди кабир» (большой) в отличие от 4-х битового «масмуди сагир». Обычно первая фраза имеет два ведущих DUM. Версия с тремя ведущими DUM называется «идущий масмуди», потому что ее легко приспособить к ритмичному шагу. «Масмуди» очень распространен в музыке для беллиданса, легко распознаваем и танцовщица может прогнозировать акценты.

масмуди 8/4

1-+-2-+-3-+-4-+-5-+-6-+-7-+-8-+-|D—D—____ T— D—_T—T— | базовый

D—D—tktkT-tkD-tkTkT-TtkT-tk| наполненный

VI. ФАЛЛАХИ.

«Максум», играемый на 2 бита, называется «фаллахи». Это обычно очень быстрый и наполненный ритм. Используется в фольклорной музыке для танца («феллах» значит «крестьянин»). Широко распространен в верхнем Египте. Обычно играется в 2 раза быстрее, чем «максум».

фаллахи 2/4

1-+-2-+-|Dk-kD-k| базовый

DtkDtk| наполненный

DgkgDkgk| вариант

VII. АЙЮБ.

«Айюб» очень похож на «фаллахи». Это широко распространенный и очень простой 2-х битовый ритм. Его можно услышать от Турции до Египта. В медленной форме он используется в североафриканском ритуальном трансом

танце, известном как «Зар» (и этот вариант ритма иногда называется «зар»), ближе к Марокко эти танцы обычно сопровождаются 6-ти битовым ритмом. «Айюб» часто встречается в беллидансовой музыке как быстрый (или очень быстрый) ритм. Некоторые говорят, что он похож на то, как идет верблюд.

айюб 2/4

1-+-2-+-|D~kD-T-| базовый

D-kkD-S-| вариант

DkTkDtkT| наполненный

VIII. БАЙЮ.

«Байю» ритм с таким же размером, но имеет 2 DUM и играется обычно медленней. Часто используется в беллидансе для соло под барабаны.

байю 2/4

1-+-2-+-|D—DD-T-| базовый

D-kDD-S-| вариант

IX. МАЛЬФУФ.

Есть какое-то количество ритмов, состоящих из 8 ударов, которые делятся как 3+3+2, характерных для Среднего Востока и Средиземноморья. В Египте и Ливане подобный ритм называется «мальфуф» и является довольно наполненным и акцентированным ритмом. Используется как сопровождение для танца, а также в современной популярной музыке,

мальфуф 2/4=3+3+2

1-+-2-+-|D—T—T-| базовый

DkkTkkTk| наполненный

D-kT-kT-| синкопированный

X. КАРСИЛАМА.

«Карсилама» по-турецки значит «лицом к лицу». Этот 9-ти битовый ритм популярен в беллидансе, и также используется в турецких и греческих фольклорных песнях, в современном турецком джазе. Узнаваем, как две группы по три (медленно, а потом быстро) 1 2 3 123.

карсилама 9/8=2+2+2+3

1-+-2-+-3-+-4-+-5-|D-__T-__D-__T-T-T-| базовый

D-kkT-kkD-kkT-T-T-| наполненный

D-tkT-tkD-tkTkT-T-| вариант

ПОЗИЦИИ РУК И НОГ В КЛАССИЧЕСКОМ ТАНЦЕ

ПОЗИЦИИ РУК	ПОЗИЦИИ НОГ
Подготовительная (руки вниз, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонью вверх. Большой палец внутри ладони) 	I – первая Сомкнутая стойка носки наружу. Пятки сомкнуты, носки наружу. Ноги расположены на одной линии с равномерным распределением центра тяжести по всей стопе 
I – первая (руки вперед, округленные в локтевом и лучезапястном суставах) 	II – вторая Широкая стойка ноги врозь носки наружу. Ноги расположены друг от друга на одной линии на расстоянии одной стопы с равномерным распределением центра тяжести между стопами 
II – вторая (руки вперед в стороны, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонями внутрь) 	III – третья Правая приставлена к середине левой стопы (носки наружу) 
III – третья (руки вперед кверху, округленные в локтевом и лучезапястном суставах, ладонями внутрь) 	IV – четвертая Стойка ноги врозь, правая перед левой (на расстоянии одной стопы) носки наружу (выполняется с обеих ног) 
	V – пятая Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу (правая пятка сомкнута с носком левой, выполняется с обеих ног) 
	VI – шестая Сомкнутая стойка (пятки и носки сомкнуты) 

АРАБЕСК (arabesque) одна из основных поз классического танца, отличие которой - поднятая назад нога с вытянутым коленом. В русской школе классического танца приняты четыре вида арабесков: 1-й арабеск, 2-й арабеск, 3-й арабеск, 4-й арабеск

БАТМАН (battements) - группа движений работающей ноги

РОН ДЕ ЖАМБ (rond de jambe)- круговое движение работающей ноги

ГЛИССАД (glissade) - маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. Исполняется слитно, не отрывая носков от пола с переменной или без перемены ног. Используется как самостоятельное движение, как связка, а также может служить толчком для других прыжков

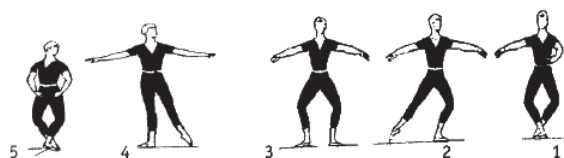


Рис.1 – Глиссад



Рис.2 - Фуэtte

Тур - поворот.

Tour chaîne (тур шене) - «сцепленный, связанный»; быстрые -повороты, следующие один за другим.

Фуэtte (fouette) - вид танцевального поворота, быстрого, резкого; открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением снова открывается (Рисунок 2).

Основные упражнения на растяжку

Гибкость - это ключ к хорошей физической форме. Растягивайте все основные группы мышц хотя бы 2-3 раза в неделю после 5-10-минутной разминки. Растягивайтесь, пока не почувствуете легкое напряжение. Если у вас проблемы со спиной, связками и др., сначала проконсультируйтесь с вашим врачом.

1. Упор на локти
2. Наклоны ног для растяжения мышц спины
3. Колени к груди
4. Кошка и верблюд
5. Наклоны шеи
6. Вращение плечами
7. Сгибание запястий
8. Растяжка запястий
9. Растяжка трицепсов
10. Растяжка мышц груди и руки
11. Растяжка грушевидной мышцы
12. Растяжка мышц паховой области (приводящих мышц)
13. Растяжка квадрицепсов в положении стоя
14. Растяжка задней части голени
15. Растяжка ахиллова сухожилия

Тесты, определяющие уровень развития двигательных способностей обучающихся

Таблица 1

№ п/п	Двигательные способности	Контрольное упражнение (тест) I-II год обучения	Контрольное упражнение (тест) III год обучения	Балл
I.	Хореография	1. Показать все позиции ног и рук. 2. Выполнить любые 5 хореографических прыжков. 3. Составить и показать хореографическое соединение из 4-х элементов.	1. Показать все позиции ног и рук. 2. Выполнить любые 5 хореографических прыжков, придумать и показать свой оригинальный прыжок, дать ему название. 3. Составить и показать хореографическое соединение из 6-ти элементов.	24
II.	Акробатика	1. Стойка на лопатках 2. Стойка на голове и на руках у стенки. 3. Мост. 4. Выполнить соединение из 2-х кувырков: вперед и назад.	1. Стойка на лопатках 2. Стойка на голове и на руках (стоять 2 секунды). 3. Мост. 4. Выполнить соединение из 4-х акробатических элементов.	24
III.	Упражнение для развития силы основных мышечных групп	1. Отжимания с возвышения - 10 раз. 2. Приседания - 40 раз. 3. Удержание ног с положения лежа (угол 30°)-10-15с. 4. Поднимание туловища (положение сидя, руки за голову) - 20 раз.	1. Отжимания с упора лежа - 7 раз. 2. Приседания на одной ноге (пистолет) - 10 раз. 3. Удержание ног с положения лежа (угол 30°) - 15 -20 сек. 4. Поднимание туловища (положение сидя, руки за голову) - 30 раз.	32
IV.	Упражнения на растяжку	1. Шпагат: правый, левый, поперечный. 2. В положении стоя удержание правой и левой ноги (вперед, в сторону, назад) с опорой до 90° 3. Прокручивание плеч с помощью Гимнастической палки.	1. Шпагат: правый, левый, поперечный. 2. В положении стоя удержание правой и левой ноги (вперед, в сторону, назад) без опоры до 90°. 3. Прокручивание плеч с помощью гимнастической палки.	24
V.	Упражнения на гибкость	1. Наклон перед к ногам из положения сидя. 2. Упражнение «Рыбка» (держат 2 сек). 3. Упражнение «Ласточка» (медленно опустить вниз и подняться) удерживать - 2 сек. 4. Мост (допускается с положения лежа).	1. Наклон вперед к ногам из положения стоя (ноги прямые, коснуться руками пол). 2. Упражнение «Лодочка» (держат 2 с.). 3. Упражнение «Ласточка» (медленно опустить вниз и подняться) удерживать - 3 сек. 4. Мост (с положения стоя).	32

VI.	Упражнения на выносливость	1 . Скакалка - 1 мин. 70-90 шагов/мин. = 106. 90-110 шаг/мин.=96. 1 10-130 шаг/мин.=86. 2. Обруч - 1 мин 3. Бег по лестнице 1 мин = 76. 2 мин = 86. 3 мин =106.	1 . Скакалка - 2 мин. 70-90 шагов/мин. = 106. 90-110 шаг/мин.=96. 110-130 шаг/мин.=86. 2. Обруч - 2 мин 3. Бег по лестнице 1 мин = 66. 2 мин = 76. 3 мин = 86. 4 мин = 96. 5 мин =106.	24
	Всего:			160

Степень подготовленности	Сумма баллов
очень плохо	140
плохо	150
удовлетворительно	160
хорошо	176
отлично	190
превосходно	210

Таблица 2.

№ п/п	I-II год обучения	III год обучения	Балл
I.	Проверочные итоговые тесты по ОФП (См. Таблицу 1).	Проверочные итоговые тесты по ОФП (См. Таблицу 1)	160
II.	Показательные выступления. Составить и выполнить с помощью педагога и самостоятельно под эстрадную музыку Востока): 1. Танцевальную композицию - 2-3 мин. (8 баллов). 2. Танец (8 баллов)	Показательные выступления. Составить и выполнить самостоятельно под музыку (по группам, парам или индивидуально по желанию): 1. Танцевальную композицию классика (8 баллов). 2. Танец (8 баллов)	16
	Всего:		176

Примечание:

1. На оценку фиксируется время, качество исполнения, синхронность, правильность выполнения, выразительность.

2. Лучшие выступления обучающихся показывают на итоговом отчетном концерте.

Исполнение импровизации и сольной композиции.

1. Импровизация под музыку. Оценивается уровень выносливости и качество исполнения.

I год обучения		II год обучения		III год обучения	
время(мин)	балл	время (мин)	балл	время (мин)	балл
1	9	1	8	1	8
2	10	2	9	2	9
		3	10	3	10

2. Исполнение сольной композиции Oriental классика под музыку. Оценивается из 10 баллов. Учитываются правильность исполнения восточных движений, выразительность, в зависимости от года обучения и возраста воспитанниц.

3. Итоговые занятия в конце учебного года (май).

Зачетные требования и критерии оценки по практическим умениям и теоретическим знаниям восточного танца.

Период	Практические умения и теоретические знания	Требования к выполнению	Оценивание		
			«5»	«4»	«3»
1-3 год обучения	Базовые элементы. 1. Выполнение базовых элементов под музыку.	Умение и правильность выполнения базовых элементов под музыку	Правильное выполнение		
			всех заданий	двух	одного
	2. Выполнение произвольных комбинаций из базовых шагов.	Выполнение комбинаций: а) наизусть; б) в ритме музыки. Артистичность выполнения.	всех заданий	двух	одного
	3. Схема построения урока, названия базовых шагов.	Знание теоретических названий элементов.	Правильные ответы на все вопросы	Незначительные ошибки или неточности в ответах	
				На второй блок вопросов	На все вопросы

Карта фиксации результатов наблюдения за детьми на начало года. Январь

	Характеристики проявления детей	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося
Позиция ребенка в деятельности	Наблюдатель						
	Активный участник						
	Организатор						
	«Мне все равно»						
	Мешает, отвлекает других						
Работа в команде	Не умеет работать в группе, делает все сам						
	Трудно соглашается с чужим временем						
	Демонстрирует опыт совместно деятельности						
	Организует сверстников на работу в группе						
	Проводит игры и т.д.						

Карта фиксации результатов наблюдения за детьми на конец года. Декабрь

	Характеристики проявления детей	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося
Позиция ребенка в деятельности	Наблюдатель						
	Активный участник						
	Организатор						
	«Мне все равно»						
	Мешает, отвлекает других						
Работа в команде	Не умеет работать в группе, делает все сам						
	Трудно соглашается с чужим временем						
	Демонстрирует опыт совместно деятельности						
	Организует сверстников на работу в группе						
	Проводит игры и т.д.						

**Карта фиксации результатов наблюдения за детьми
на начало года. Январь 1 - 3 года обучения (образовательный процесс).**

Результаты освоения программы	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося
Знание базовых элементов классического арабского танца					
Знание спец. Упражнений для улучшения формы тела					
Костюмы и традиционные аксессуары арабских танцев					
Умение выполнять базовые движения пластики, ударов, трясок и проходок					
Умение самостоятельно составлять и выполнять танцевальные композиции					
Умение работать с традиционными предметами (платки, крылья, веера)					
Умение составлять по группам и индивидуально различные танцы, подбирать к ним музыку					

**Карта фиксации результатов наблюдения за детьми на конец года.
Декабрь. 1 - 3 года обучения (образовательный процесс).**

Результаты освоения программы	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося	Фамилия, имя обучающегося
Знание базовых элементов классического арабского танца					
Знание спец. Упражнений для улучшения формы тела					
Костюмы и традиционные аксессуары арабских танцев					
Умение выполнять базовые движения пластики, ударов, трясок и проходок					
Умение самостоятельно составлять и выполнять танцевальные композиции					
Умение работать с традиционными предметами (платки, крылья, веера)					
Умение составлять по группам и индивидуально различные танцы, подбирать к ним музыку					

Результаты наблюдения за детьми фиксируются по 5-ти бальной шкале.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 589308906995863556254771095540604331751941992916

Владелец Загуменных Мария Андреевна

Действителен с 15.09.2025 по 15.09.2026