

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ УЧЕБНЫЙ ОКРУГ**

**Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования города Москвы  
«Центр детского творчества «Свиблово»**

129343, Москва, улица Амундсена, дом 14, корп.1  
Тел: 8-499-760-01-15  
факс: 8-499-760-01-17  
ОГРН 1077759314500, ИНН 7716585000, КПП 771601001

e-mail: [sviblovo@edu.mos.ru](mailto:sviblovo@edu.mos.ru)  
[http:// centrsviblovo.mskobr.ru](http://centrsviblovo.mskobr.ru)

Утверждено.  
Педсовет  
Протокол №....  
От ..... 201...г

Утверждаю.  
И.о.директора ГБОУДО ЦДТ «Свиблово»  
\_\_\_\_\_  
Н.А. Герасимова  
..... 201...г

**Дополнительная общеобразовательная программа  
«Танец души»**

Срок реализации: 2 года  
Возраст обучающихся: 16-60 лет  
Уровень: ознакомительный  
Направленность: художественная

Автор-составитель:  
педагог дополнительного  
образования  
Тасоева Лариса Анатольевна

МОСКВА  
2017

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ

Данная программа относится к художественной направленности, является модифицированной, относится к программам ознакомительного уровня. Программа создана на основе методики Д. Джавришвили по обучению грузинской народной хореографии с учетом более полувекового опыта преподавания хореографии коллективом «Иверия».

В настоящее время все большую актуальность приобретает работа со взрослым населением, работа по организации их досуга, а также предоставлению образовательных услуг по общему развитию личности. Досуг традиционно является одной из важнейших сфер жизнедеятельности человека. Это совокупность различных видов занятий, осуществляемых в свободное время, в результате которых происходит развитие личностных качеств, удовлетворяются духовные потребности, физические и другие социальные значимые потребности.

Удовлетворенность своим досугом, его полноценность являются важнейшими индикаторами социального самочувствия, серьезно влияют на мировосприятие..

Танцевальные группы всегда были одной из популярных форм проведения досуга, это объединение людей, имеющих общность интересов в сфере творчества, основной деятельностью которого является овладение определенными навыками и применение их в жизни. Заниматься в такие группы участники приходят на добровольной основе, выбирая себе занятие по душе. Здесь важны свобода общения и доступность предлагаемого материала.

Учитывая основное направление нашего коллектива — грузинская народная хореография, данная программа позволяет людям раскрыть свои способности через грузинский танец, знакомит с искусством и культурой Грузии.

Программа разработана специально для обучения взрослых людей, у которых нет опыта обучения хореографии, им предлагается к изучению. При этом в программу включены как элементы классического станка, так и народно-

сценический тренаж для общего укрепления мышц и связок, необходимых для танцев.

**Цель программы** — воспитание ценностей здорового образа жизни, развитие танцевально-творческих способностей по средствам обучения техники грузинских народных танцев.

Содержание данной программы ориентировано на решение следующих задач:

*Обучающие:*

- овладения грузинской хореографической культурой;
- обучение техники исполнения движений в грузинской народной хореографии;
- изучение культуры народов Грузии: особенности быта, природы, культурных ценностей;
- выработка стиля и манеры исполнения народного грузинского танца.

*Развивающие:*

- развитие силы, выносливости, координации движений;
- укрепление костно-мышечного аппарата;
- развитие творческого воображения, образного мышления;
- развитие художественного вкуса;
- развитие творческих способностей;
- развитие умения ориентироваться в пространстве хореографического зала,;
- развитие музыкально-танцевальных способностей на основе природных задатков и особенностей, совершенствование музыкальности, художественной выразительности исполнения и артистизма.

*Воспитательные:*

- формирование эмоциональной отзывчивости на музыку;
- формирование межкультурной компетенции и толерантности;
- формирование умения чувствовать и воспринимать ценности мировой

культуры, культуры традиционных народов;

- воспитание культуры здорового образа жизни.

Данная программа является ускоренной и осваивается за 2 года. Предназначена для освоения элементов грузинской народной хореографии и нацелена на удовлетворение индивидуальных, культурных, духовных и образовательных потребностей, на возможность реализоваться в данной области. Программа предполагает проведение занятий с людьми разного уровня подготовленности и способностей.

Возраст обучающихся от 16 лет. Все желающие набираются без специального отбора. Группы комплектуются по гендерному признаку.

Необходимым условием для зачисления является наличие медицинской справки от врача об отсутствии противопоказаний к занятиям.

Количество обучающихся в группе от 8 до 25 человек.

Обучение проводится в форме групповых занятий. Продолжительность одного занятия 1 час. В неделю проводится 2 занятия. Всего программа рассчитана на 160 часов. Каждый учебный год включает в себя 80 часов учебных занятий. Занятия проводятся под фонограмму. Содержание каждого занятия определяется конкретной задачей.

Структурная особенность программы заключается в блочно-тематическом планировании содержания каждого занятия.

Система обучения грузинскому народному танцу, предполагает организацию и проведение занятий по установленной структуре в определенной последовательности. Каждое занятие состоит из шести частей, исключение составляют – итоговое занятие.

*I часть. Вводная.*

Задача: Разминка. Постепенное введение обучающихся в работу. Разогрев главным образом, нижних конечностей и подготовка организма к упражнениям с большей физической нагрузкой.

*II часть. Общеподготовительная.*

Задача: Сконцентрировать внимание обучающихся и сосредоточить усилия на физической нагрузке. Подготовка всех частей тела к выполнению и изучению движений, используемых в основной части. Манера и выразительность движений. Формирование осанки, совершенствование походки. Классический экзерсис, а также отработка базовых элементов, характерных для грузинских танцев.

### *III часть. Основная.*

Задача: Педагогическая проработка основных танцевальных движений и ходов. Развитие координации движений. Обратить внимание на технику и манеру исполнения движений. Отработка определенных танцевальных движений. Изучение некоторых связок грузинских танцев.

### *IV часть. Дополнительная.*

Задача: Обучение технически трудным и силовым движениям. Закрепление пройденного материала. Партерная гимнастика для развития и укрепления мышц и связок.

### *V часть. Заключительная.*

Задача: Постепенный переход к движениям с меньшей физической нагрузкой. Подведение итогов занятия.

К концу освоения программы обучающиеся должны знать : позиции рук , ног грузинской народной хореографии, названия движений, движения и связки, характерные для различных этнографических районов Грузии и Северного Кавказа. Должны уметь: исполнить простейшие связки движений, исполнить наэрти (связки) из танцев, различать движения, характерные для различных этнографических районов Грузии, а также музыку этих районов; исполнить импровизацию на тему изученных танцев, исполнить импровизацию на тему изученных танцев.

Итоговое занятие проводится в форме вечера отдыха с небольшим концертом и импровизацией.