

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ, КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО
РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ И ИНДИВИДУАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ»**

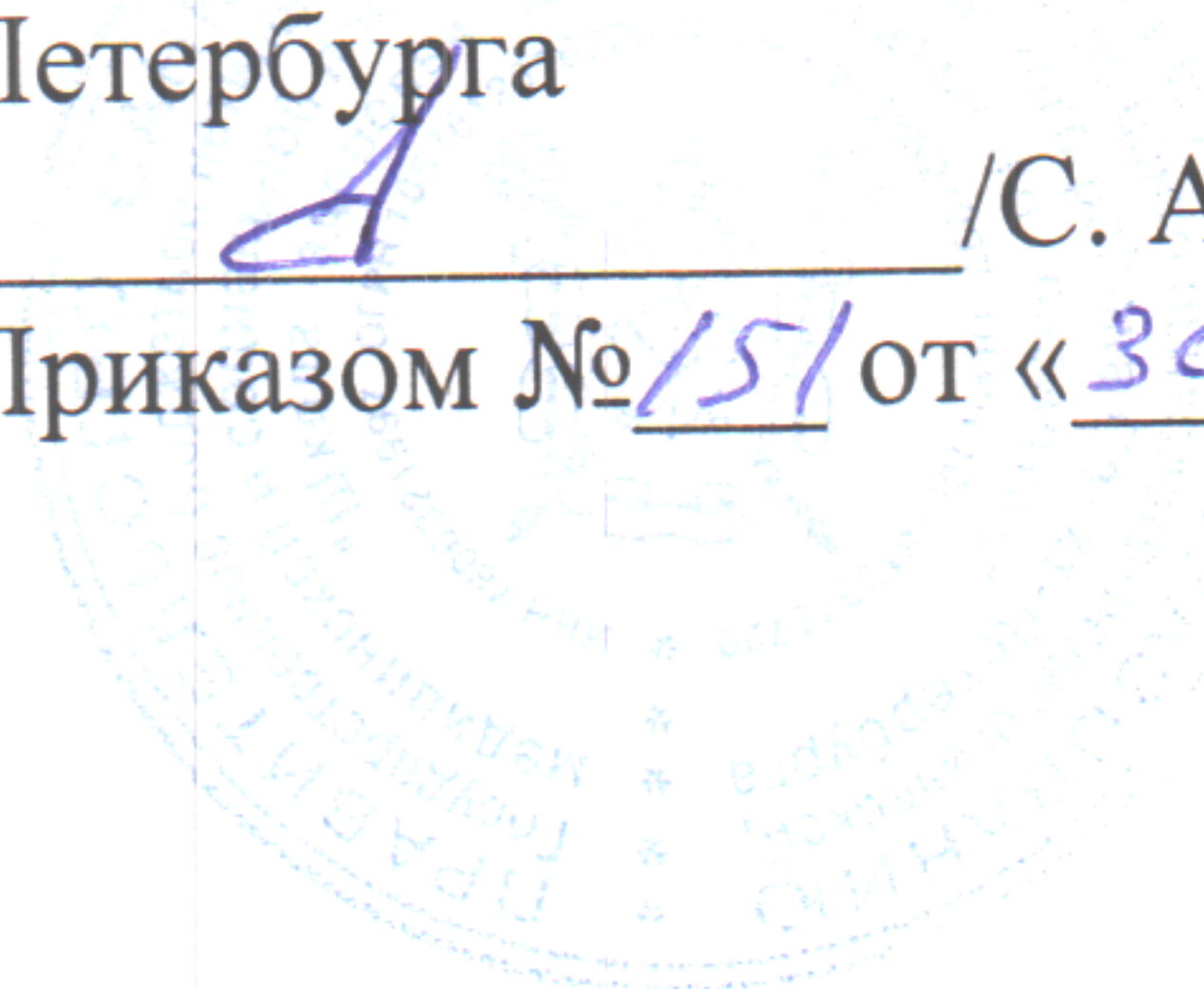
195030, Санкт-Петербург, ул. Отечественная, д.10

ПРИНЯТО

На педагогическом совете ГБНОУ
«Школа здоровья и индивидуального
развития»
Красногвардейского района Санкт-
Петербурга
Протокол № 10 от «30» 08 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБНОУ «Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-
Петербурга
_____/С. А. Тихашин/
Приказом № 151 от «30» 08 2021 г.



**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«Танец это жизнь»
Студия индийского танца**

Возраст обучающихся 7-15 лет

Разработчик: Педагог

Срок реализации программы 3 года

СП ОДОД Бормонтова Н.И.

Санкт-Петербург
2021 г.

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ, КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО
РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ И ИНДИВИДУАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ»**

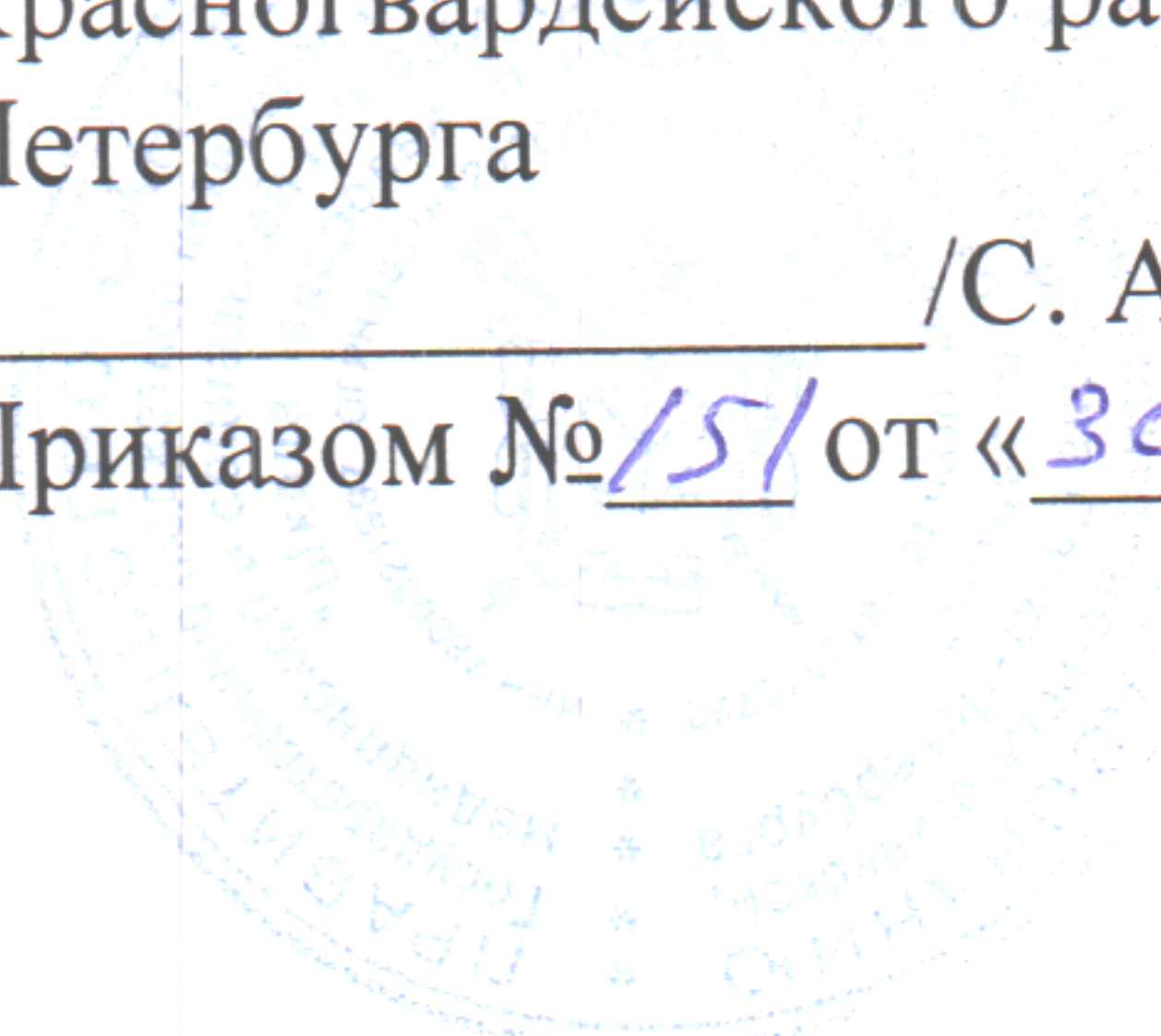
195030, Санкт-Петербург, ул. Отечественная, д.10

ПРИНЯТО

На педагогическом совете ГБНОУ
«Школа здоровья и индивидуального
развития»
Красногвардейского района Санкт-
Петербурга
Протокол № 10 от «30» 08 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБНОУ «Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-
Петербурга
_____/С. А. Тихашин/
Приказом № 151 от «30» 08 2021 г.



**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«Танец это жизнь»**

Студия индийского танца

Возраст обучающихся 7-15 лет

Разработчик: Педагог

Срок реализации программы 3 года

СП ОДОД Бормонтова Н.И.

Санкт-Петербург
2021 г.

І.Пояснительная записка

Направленность программы – художественная.

Актуальность.

Актуальность программы вызвана повышенной потребностью современных детей в двигательной активности. Большую часть времени они проводят за уроками и работой на компьютере, что не позволяет растущему организму получать физическую нагрузку в нужном объеме. Танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей танцы занимают особое место.

Через танцы происходит формирование и закрепление интереса к танцевальному искусству, развиваются хореографические и творческие способности, совершенствуются физические и пластические данные детей. Занятия хореографией учат понимать и создавать прекрасное. Развивают образное мышление и фантазию Танцевальные занятия совершенствуют детей физически и психологически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру, формируют разнообразные эмоции и чувства, являющихся важнейшим условием развития личности. Танцы дают возможность гармоническому развитию и укреплению здоровья ребенка.

На занятиях по программе «Мир танца» дети учат индийские танцевальные номера. Номера могут быть как сольные, так и групповые, поэтому работа ведется отдельно с солистами и с большим количеством детей.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством. Переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение и веру в свои силы, помогает в реализации его творческого потенциала.

Танцы развивают ассоциативное мышление, побуждают к творчеству, раскрывая творческую фантазию ребенка: обучающийся учится сам создавать пластические образы через импровизацию.

Соприкосновение с танцем учит учащихся слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку.

Совместная деятельность и общение в коллективе рождает чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой и всесторонне развитой личности.

Нормативно-правовой и методологической основой программы являются:

- Ф. 3. об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012.

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09 ноября 2018 г. №196 г. Москва «Об

утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача Р. Ф. от 4 июля 2014 г. № 41)

- Распоряжение КО «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию» № 617-Р от 01.03.2017

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);

- Санитарные правила и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2

Адресат программы - Данная программа разработана для мальчиков и девочек школьного возраста 7 -15 лет при наличии справки от врача об отсутствии противопоказаний занятием танцами и сопутствующих упражнений.

Объем и срок реализации программы:

3 года.

Режим занятий:

Количество учебных часов на каждую группу на каждый год

1-й год 2 часа 2 раза в неделю (144 ч. в год)

2-й год 2 часа 2 раза в неделю (144 ч. в год)

3-й год 2 часа 3 раза в неделю (144 ч. в год)

Цели и задачи программы

Цель:

Формирование всесторонне развитой личности, раскрытие потенциальных способностей средствами танцевального искусства, а также сохранение и укрепление здоровья детей. Формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических, танцевальных движений. Активизация музыкального восприятия через движение. Развить уважение к культуре Индии и мира. Формирование здоровой конкуренции, владеть эмоциями.

Обучающие:

- Через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;

- Расширить музыкальный кругозор, пополнять словарный запас формирование навыков правильного и выразительного движения в области хореографии;
- Обучить приемам актерского мастерства, способствовать развитию чувства ритма, темпа, исполнительных навыков в танце;
- Дать представление о разнообразии направлений в танцевальном искусстве Индии через знакомство с классическими (Южным классическим танцем Bharatanatyam и Северным классическим танцем Kathak – далее классический танец), эстрадными (под музыку из кинофильмов Индии), народными, стилизованными и современными танцами;
- Выучить номера различных направлений танцевального искусства танца Индии: классический, эстрадный, народный, стилизованный и современный;
- Обучить правильно исполнять счет и основные движения, комбинации в классическом индийском танце;
- Обучить первой части азбуке Nasta Mudra;
- Познакомить с творчеством других зарубежных и российских танцоров и коллективов, исполняющих индийские танцы;/
- Ознакомить со всеми существующими в Индии классическими стилями, танцевальными и музыкальными традициями;
- Формирование сопричастности общему делу и общему успеху;
- Обучение приемам самоконтроля и взаимоконтроля.

Развивающие:

- Развивать всестороннюю физическую подготовку, координацию, гибкость, пластичность, ловкость, прыгучесть, выразительность и точность движений;
- Развитие целеустремленности;
- Развивать чувство ритма в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- Развитие музыкальности и эстетического вкуса;
- Выработать музыкальное исполнение всех движений, комбинаций и перестроений в хореографических номерах;
- Развивать умение самостоятельно работать над отработкой хореографических номеров;
- Развивать умение исполнять несколько танцевальных номеров, отличающихся по стилю и характеру, хорошо передавая особенность и важную деталь каждого из них;
- Развивать умение сочинять и показывать свои импровизации;
- Обогащение художественного воображения и ассоциативной памяти;
- Развитие умения синхронно выполнять разнообразные движения под музыку;
- Развитие мелкой моторики.

Воспитательные:

- Воспитывать у детей интерес к занятиям индийскими танцам путем создания положительного эмоционального настроения;
- Создать в коллективе атмосферу дружбы и взаимопонимания;
- Воспитывать психологическое раскрепощение ребенка;
- выработать навыки сольного исполнения танца, исполнения танца в паре и коллективе;
- Воспитывать понимание и исполнение ритмических движений, названия которых даются педагогом на санскрите и хинди;
- Воспитывать интерес к танцевальному искусству, раскрывая его многообразие и красоту;
- Прививать необходимые для занятий качества: выносливость, концентрацию внимания, трудолюбие и достижение поставленных целей;
- Формировать коммуникативные навыки общения в коллективе;
- Воспитывать уважение к профессиональной деятельности других людей и коллективов;
- Приобщить учащихся к здоровому образу жизни и гармонии тела;
- Воспитывать умение добросовестно работать на занятиях и стремление к достижению цели;
- Поддержание потребности к музыкально-танцевальной двигательной деятельности;
- Формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе.

Обучение построено по спирали, в каждом последующем году совершенствуются знания и умения предыдущего.

Отличительные особенности программы.

Особенностью данной программы является своеобразие и многообразие танцевальных форм, расширяющих физические возможности и умственные способности, благодаря уникальной системе языка жестов (Хаста-мудра).

Отличительной чертой данной программы является, многогранность учебных занятий, которые позволяют в процессе роста творческих способностей учащихся, использовать полученное образование в обычной жизни.

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации образовательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы.

Реализация воспитательной работы на занятиях осуществляется посредством:

- установления доверительных отношений между педагогом и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию детей требований и просьб педагога, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации их познавательной деятельности;

- побуждения обучающихся соблюдать на занятиях общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогами) и сверстниками (школьниками), принципы дисциплины и самоорганизации;
- привлечения внимания ребят к ценностному аспекту изучаемых на занятиях явлений, организация их работы с получаемой на занятии социально значимой информацией - инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использования воспитательных возможностей содержания занятия через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в группе;
- применения на занятии интерактивных форм работы обучающихся:
- интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию детей; дидактического театра, где полученные на занятии знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают ребятам возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат ребят командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включения в занятия игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в группе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;
- организации шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего ребятам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

Условия реализации образовательной программы:

Набор свободный.

В группу 1 года обучения принимаются дети с 7 лет, имеющие начальную подготовку при наличии заявления от родителей и справки от врача об отсутствии противопоказаний для занятий танцами, в том числе и индийскими танцами, учитывая особенность их исполнения.

Допускается дополнительный набор в группы 2 и 3 года обучения дети с 10 лет, при наличии свободных мест и по результатам тестирования. Группы комплектуются с учетом общефизической и спортивной подготовленности школьников. Принимаются дети по результатам медицинского осмотра с допуском врача.

Наполняемость групп:

1 год обучения - 15 человек;

2 год обучения - 12 человек;

3 год обучения - 10 человек.

Структура занятий:

- 1.Разминка (повышение температуры тела, ускорение кровотока, динамическая растяжка, развитие гибкости, формирование правильной осанки) – 30 минут.
- 2.Основная часть (растяжка, разучивание упражнений без предмета, с предметом, развитие физических качеств, разучивание степов, танцевальных свзок) – 40-50 минут
- 3.Игровая часть – 30-40 минут.
- 4.Заминка (постепенное снижение интенсивности, упражнения на релаксацию, восстановление кровотока и дыхания) – 10-15 минут.

Формы занятий:

Основная форма образовательного процесса практическая: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения, игры, прослушивание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы, творческие задания, беседы о танцевальном искусстве, музыкальной грамоте в целом и в частности Индии.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. В играх детям предоставляется возможность «побывать» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я – учитель танцев», «Я – художник по костюмам» и др. Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация – сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Проводятся беседы-диалоги, лекции, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях обучающиеся получают информацию о танцевальном искусстве, его направлениях и традициях, также старшие ученики сами готовят материал и презентуют всем, таким образом они учатся искать информацию, работают со страхом выступать перед другими и учатся слушать и говорить, а не читать.

Также проводятся открытые занятия, выступления, репетиции как формы отчета обучающихся перед родителями, одноклассниками. По мере усвоения материала, дети участвуют в конкурсах и мастер-классах, таким образом учатся достигать цели, не останавливаться на достигнутом, и получать новую информацию. Импровизация.

Формы организации деятельности детей:

- Фронтальная;
- Коллективная;
- Индивидуально-групповая;
- Индивидуальная.

Материально-техническое обеспечение программы.

- Хореографический зал со спортивным покрытием, оснащенный зеркалами
- Коврики для гимнастики, мячи теннисные/набивные, скакалки, обручи, кирпичи для йоги.
- Аудиоаппаратура (муз.центр, ауди-колонка), для воспроизведения музыкальных фонограмм, телевизор, DVD-проигрыватель, ноутбук, видео и фото камера.
- Литература связанная с изучаемым предметом.
- фотографии и иллюстрации
- костюмы различных штатов и классических направлений, гхунгхуру (ножные колокольчики), украшения, танцевальные атрибуты (дандия, румаль).
- Форма для занятий: шаровары черного цвета, лосины черного цвета, белая и черная футболка и коротким/длинным рукавом (в холодное время года кофта), чешки или балетки, носки, кроссовки.

Планируемые результаты освоения программы:

Предметные результаты:

- Иметь представление о разнообразии направлений в танцевальном искусстве Индии через знакомство с классическим индийским танцем эстрадными, народно – стилизованным и современными танцами.
 - Знать танцевальные номера различных направлений искусства индийского танца: Южный классический (Bharatanatyam), Северный классический (Kathak), эстрадный, фолк (народный), стилизованный и современный.
 - Уметь правильно исполнять основные движения, комбинации и перестроения в танцевальных номерах.
 - Уметь выразительно исполнять Южный классический танец, Северный классический танец, эстрадные, народные, стилизованные и современные индийские танцы.
 - Знать детские хореографические коллективы города и известные ансамбли
 - Выполнение ритмических комбинаций (также Конакол – проговаривание счета, слогов упражнений на хинди/санскрите), развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представление о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умение охарактеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.
- овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;
- Физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;

- Формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий;
- Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;
- Развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в концертной деятельности, конкурсах, фестивалях, соревнованиях;
- Сформированность первоначальных представлений о роли музыки в жизни человека, ее роли в духовно-нравственном развитии человека;
- Сформированность основ музыкальной культуры танца, развитие художественного вкуса и интереса к музыкальному и танцевальному искусству;
- Умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к ней;
- использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций;
- Сформированность основ художественной культуры, в том числе на материале культуры Индии; эстетического отношения к миру; понимание красоты как ценности; потребности в художественном творчестве и в общении с искусством;
- Освоить азбуку жестов и танцевальные направления: Южный классический (Bharatanatyam), Северный классический (Kathak);
- Освоить базовый курс йоги;
- Бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

Метапредметные результаты:

- Уметь музыкально исполнять все движения, комбинации и перестроения в танцевальных номерах.
- Уметь самостоятельно работать над отработкой номеров.
- Уметь исполнять несколько танцевальных номеров, отличающихся по стилю и характеру, хорошо передавая особенность и важную деталь каждого из них
- Уметь сочинять и показывать свои импровизации;
- Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

- Анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшений;
- Видение красоты движений в передвижениях человека;
- Управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- Определение адекватных имеющимся организационным и материально-техническим условиям способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- Самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ по созданию продуктов;
- Осознанное использование художественных средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирование и регуляция своей деятельности;
- Владение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных);
- Использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами;
- Соблюдение норм и правил безопасности познавательно-трудовой деятельности и созидательного труда, соблюдение норм и правил культуры труда;
- Оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
- Формирование и развитие творческого мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;
- Готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- сопровождением;
- Соблюдать нормы этики и этикета.
- Оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, проявлять уважение, сохранять сдержанность и рассудительность.

Личностные результаты:

- Понимание танцевальной культуры, как неотъемлемой части человеческой жизни.
- Ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
- Коммуникативная компетентность в общении и в сотрудничестве со сверстниками в коллективе на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.
- Формирование ценностей многонационального мирового сообщества, становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, овладение элементами организации физического труда, формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов;
- Самооценка умственных и физических способностей при трудовой деятельности в различных сферах с позиций будущей социализации;
- Развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности; выражение желания учиться для удовлетворения перспективных потребностей;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; умение общаться при коллективном выполнении работ или проектов с учетом общности интересов и возможностей членов трудового коллектива;
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления;
- Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов Индии и мира, творческой деятельности эстетического характера; формирование индивидуально-личностных позиций учащихся;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении

поставленных целей;

- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

II. Учебно-тематический план (1-й год обучения)

№	Разделы занятий	1 год			Формы контроля
		Количество часов			
		всего	теория	практика	
1	Набор групп	4	-	4	Списки, заявления
2	Вводные занятия. Инструктаж по охране труда	4	2	2	
3	Базовый курс йоги, растяжка	14	4	10	Контрольный урок
4	Танцевальная разминка "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве»	10	1	9	
5	1 часть Азбука Хастамудра Развитие мелкой моторики	10	5	5	Контрольный показ
6.	Степы Южно-индийского танца Bharatanatyam	40	10	30	Контрольный урок
6	Современный танец The Rhythm of dance	22	4	18	Контрольный урок, выступление
7	Танец в стиле Bollywood «Natuba»	22	4	18	Контрольный урок, выступление
9	Контрольные занятия	16	5	5	
10	Итоговое занятие	2	1	1	Отчетный концерт
	Всего:	144	40	102	

**Учебно-тематический план
(2-й год обучения)**

№	Разделы занятий	2 год			Формы контроля
		Количество часов			
		всего	теория	практика	
1	Вводные занятия. Инструктаж по охране труда	2	2	2	
2	Проверка пройденного материала в предыдущем году	4	2	2	Контрольный урок
3	Базовый курс йоги, растяжка	15	4	11	Контрольный урок
4	Танцевальная разминка "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве»	10	1	9	-
5	2 часть Азбука Хаста-мудра Развитие мелкой моторики	8	3	5	Контрольные занятия
6	Степы Южно-индийского танца	10	3	7	Контрольный урок
7	Таткар, чакры, тукры, тихай	20	5	15	Контрольный урок, выступление
8	Стилизация Северо-индийского танца Катхак «Nainowale Ne»	35	5	30	Контрольный урок
9	Пенджабский народный	28	5	23	Контрольный урок,

	танец				выступление
10	Контрольные занятия	10	4	6	
11	Итоговое занятие	2	1	1	
	Всего	144	35	109	

**Учебно-тематический план
(3-й год обучения)**

№	Разделы занятий	3 год			Формы контроля
		Количество часов			
		Всего	теория	практика	
1	Инструктаж по охране труда.	2	2	2	
2	Базовый курс йоги с элементами растяжки	10	2	8	Контрольный урок
3	Танцевальная разминка "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве»	10	-	10	
4	Южно-индийский танец «Bharatanatyam» - степы	6	2	4	Контрольный урок
5	Стилизация Южно-индийского танца «Dheva Dheva »	34	4	28	Контрольный урок, выступление
6	Стилизация Северо-индийского танца «Parde Mein Rahne Do» Катхак Чакра. Таткар, тукры, тихаи	18	2	16	Контрольный урок, выступление
7	Танцевальные стили и танцы в стиле фолк/народные танцы «Satarangi Re»	20	10	10	Выступление
8	Гуджаратский танец Garba	32	4	28	Контрольный урок,

					выступлени е
9	Контрольные занятия	10	4	6	
10	Итоговое занятие	2	1	1	Отчетный концерт
	Всего	144	31	115	

III. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1-й	10.09	25.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
2-й	01.09	25.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
3-й	01.09	25.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

IV. Рабочая программа на 1-й год обучения

Цели и задачи

Цель:

Освоить основные ступени и движения Южно-индийского классического танца Bharatanatyam и танца в стиле Bollywood (эстрадный/сценический, под музыку из фильмов), 1 часть Hasta Mudra (азбуки жестов). Научиться различать музыкальные размеры, выполнять базовые комбинации и движения. Исполнять фрагменты танцев из репертуара ансамбля.

Задачи:

- обучить 1-му комплексу йоги, основам растяжки;
- ознакомить и обучить названиям и значениям 1-й части Hasta Mudras.
- обучить базовым движениям, комбинациям и фрагментам эстрадным (под музыку из фильмов) и классических направлений соответствующим 1-му году обучения;

- познакомить с историей возникновения танца;
- познакомить с хореографической терминологией;
- развить чувство ритма, музыкальность;
- развить первоначальные навыки координации движения;
- изучить основные позиции рук и ног;
- воспитать трудолюбие, дисциплинированность, аккуратность.

Особенности года обучения:

На 1-ом году обучения освоение техники выполнения упражнений базового курса йоги, выполнение дыхательных упражнений, концентрация внимания, необходимая постановка тела, этому уделяется больше времени, в сравнении с последующими годами. Это обусловлено тем, что на первом году обучения, закладываются основы постановки корпуса, рук, ног, элементов растяжки, развивает музыкальный слух. Данный раздел формирует осанку, силу мышц, координацию, что в свою очередь способствует более развитому физическому состоянию обучающихся.

Содержание программы

1. Набор группы:

Практика:

Собеседование с детьми, родителями, тестирование.

2. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда

Теория:

Объяснение целей и задач первого года обучения.

Соблюдение правил охраны труда на занятиях студии индийского танца. Знакомство с особенностью индийского танцевального искусства и ее традициями. Рассказывается об уникальности танцевальной системы, оригинальности костюмов различных стилей, классификации танцев, своеобразии музыкального сопровождения.

Алгоритм проведения занятий.

Практика:

Игры. Танцевальные фрагменты различных направлений.

3. Базовый курс йоги

Теория:

Техника выполнения упражнений базового курса йоги для детей и основные элементы растяжки.

Практика:

Комплексные упражнения на различные группы мышц из базового курса йоги, техника безопасности выполнения растяжки.

4. Танцевальная разминка "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве»

Теория :

Особенность и целесообразность проведения данной разминки.

Практика:

Раздел "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве» включает следующие виды упражнений: ОРУ в

положении стоя (для развития силы и подвижности в суставах, развивающие движения для шеи, плечевого пояса, запястий, кистей, пальцев, бедер, ног, ступней, ОРУ в положении сидя и лежа, упражнения на растягивание в различных исходных положениях, упражнения на расслабление и восстановление дыхания, упражнения в ходьбе на месте и в движении, бег, прыжки общеразвивающего и танцевального характера, упражнения и с предметами, упражнения с партнером.

В разминку включены элементы движений изучаемых танцев на первом году обучения.

5. Hasta Mudras.

Теория:

В этот раздел входит изучение различных положений пальцев
Заучивание названий 10 мудр и их значений.

Практика:

Отработка 10 мудр и составление рассказов на основе изученного материала, использование в танце.

6.Степы Южно индийского классического танца Bharatanatyam

Теория:

История возникновения стиля. Его особенности, музыка, счет.

Объясняется технология и безопасное исполнения степов Bharatanatyam.

Просмотр видеоматериала.

Практика:

Практическое исполнение групп (adavu):

1. Tattadavu.
2. Nattadavu.
3. Pakkadavu
4. Kuditu mettu adavu
5. Sarika tat Tavu
6. Tat Tai Ta Na adavu
7. Tat TaiTam adavu
8. Tai-Tai tat Ta adavu
9. Sarukkal adavu
10. Paaichal adavu
11. Karthari adavu
12. Kaththi adavu
13. Mandi adavu 1-2
14. Ta Hatha Jhaum Taum Tari Ta adavu
15. Kittatakka Dhari Kitta Thome adavu
16. Thatti Mettu
17. Tadh Dhit Ta

7. Современный танец The Rhytm of dance

Теория:

Знакомство с современными музыкальными и танцевальными

традициями Индии. Просмотр видеоматериала. Внешний вид танцора. Особенности исполнения данного направления.

Практика:

Постановка корпуса, рук, ног. Разучивание элементов танца. Abhinaya. Работа в команде и сольно.

8. Танец в стиле Bollywood «Hattuba»

Теория:

Знакомство с музыкальными и танцевальными традициями Индии. Просмотр видеоматериалов, внешний вид танцора. Особенности данного стиля.

Практика:

Постановление корпуса, рук, ног. Разучивание степов и связок танца. Abhinaya.

9. Контрольные уроки:

Теория:

Проверка устного материала по каждому разделу.

Практика:

Проверка исполнения ритмических связок, азбуки хаста-мудра, танцев каждого раздела.

10. Итоговые занятия:

Практика:

Исполнение танцев и рассказов. Отчетный концерт участников студии индийского танца.

**Учебно-тематический план
(1-й год обучения)**

№ п/п	Тема урока	Дата по плану	Тип урока	Элементы содержания или основные понятия урока	Дата по факту	Кол -час
1.	Набор групп		Практика	Собеседование с детьми, родителями, тестирование.		2
2.	Набор групп		Практика	Собеседование с детьми, родителями, тестирование.		2
3.	Вводные занятия. Инструктаж		Теория Практика	Объяснение целей и задач первого года обучения		2

	по охране труда			Соблюдение правил охраны труда. Игры. Танцевальные фрагменты различных направлений.		
4.	Вводные занятия. Инструктаж по охране труда		Теория Практика	Знакомство с особенностью индийского танцевального искусства и ее традициями. Алгоритм проведения занятий. Танцевальные фрагменты различных направлений.		2
5.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительных развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве степы Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория практика	Освоение базового комплекса йоги, выполнение разминки на различные группы мышц, постановка корпуса, рук и ног в танце		2
6.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительных развивающие упражнения		Теория практика	Техника выполнения упражнений базового комплекса. Основные характеристики стиля		2

	на ориентировку и действие в пространстве степы Bharatanatyam, Hasta Mudras			Baharatanatyam положение тела, рук, ног. Техника исполнения степов. Значение Pataka hasta (Патака хаста)		
7.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительн о-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Техника выполнения и выполнения упражнений 1 комплекса йоги, растяжка выполнение разминки на различные группы мышц. Внешний вид танцовщицы Bharatanatyam. Название и значение Tripataka hasta (трипатака хаста). Выполнение первой группы степов Tattadavu 1-4		2
8.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительн о-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Техника выполнения упражнений базового комплекса йоги. Основные атрибуты в стиле Bharatanatyam. Название и значение ардхапатаки. Выполнение первой группы степов Tattadavu 5-8 Название и значение Ardhapataka hasta		2

				(ардхапатака хаста).		
9.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Техника выполнения упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Основные атрибуты в стиле Bharatanatyam. Название и значение Kartaree- mukha hasta (Картаримукха хаста). Выполнение второй группы степа Nattaadavu 1-4		2
10.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Техника выполнения упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Основные атрибуты в стиле Bharatanatyam. Название и значение Mayura hasta (Маюра хаста хаста). Выполнение второй группы степа Nattaadavu 5-8		2
11.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Техника выполнения упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Основные		2

				атрибуты в стиле Bharatanatyam. Название и значение Ardha-chandra hasta (Ардхачандра хаста). Выполнение третьей группы степов Pakkaadavu 1-4		
12.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Основные атрибуты в стиле Bharatanatyam. Название и значение Arala hasta (арала хаста). Выполнение третьей группы степов Pakkaadavu 5-7		2
13.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка, разминка. Название и значение Suk-tundra hasta (Шукатундра хаста). Выполнение четвертой группы степов Sarika tat Tavu		2
14.	Базовый курс йоги, растяжка,			Выполнение базового комплекса йоги, растяжка,		2

	степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Практика	выполнение разминки на различные группы, подготовка к контрольному уроку, составление рассказов.		
15.	Базовый курс йоги, растяжка, Контрольное занятий		Практика	Контрольное занятие по базовому комплексу йоги, растяжке		2
16.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Название и значение Musti hasta (Мушти хаста). Выполнение шестой группы степов Tat Tai Ta Ha adavu 1-5		2
17.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras .		Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Название и значение Sikhara hasta (Шикхара хаста). Выполнение седьмой группы степов Tata Tai Tam adavu 1-3		2
18.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Повторение		2

				пройденных хаст, составление рассказов.Выполнение седьмой группы степов Tata Tai Tam adavu 4-6		
19.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Повторение пройденных хаст, составление рассказов. Выполнение восьмой группы степов Tai-Tai tat Ta adavu		2
20.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Повторение пройденных хаст, составление рассказов. Подготовка к контрольному уроку по пройденным группам степов Bharatanatyam		2
21.	Контрольный урок по базовым степам Bharatanatyam, Hasta Mudras		Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Контрольный урок по пройденным группам степов Bharatanatyam с 1-8, по Hasta Mudras		2

				1-10		
22.	Базовый курс йоги, растяжка, стеги Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Выполнение группы девятой группы степов Bharatanatyam Sarukkal adavu		2
23.	Базовый курс йоги, растяжка, стеги Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Разновидности костюмов Bharatanatyam Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Выполнение группы девятой группы степов Bharatanatyam Sarukkal adavu		2
24.	Базовый курс йоги, растяжка, стеги Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Выполнение группы десятой группы степов Bharatanatyam - Paaichal adavu 1-2		2
25.	Базовый курс йоги, растяжка, стеги Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение одиннадцатой группы степов		2

				Karthari adavu		
26.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение двенадцатой группы степов Karththi adavu		2
27.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение тринадцатой группы степов Mandi adavu 1-2		2
28.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение четырнадцатой группы степов Та Natha Jhaum Tari Ta adavu		2
29.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение пятнадцатой группы степов Kittatakka Dhari Kitta Thome adavu		2

30.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение шестнадцатой группы степов Thatti Mettu adavu		2
31.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение семнадцатой группы степов Tadh Dhit adavu		2
32.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Подготовка к контрольному уроку по группе степов Bharatanatyam с 9- 17		2
33.	Контрольный урок по базовому курсу йоги, разминка		Практика	Контрольный урок по группе степов Bharatanatyam с 9- 17		2
34.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория практика	Просмотр видеоматериала. Выполнение базового комплекса йоги. Разминка на различные группы мышц. Игра на жесты.		2

35.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		практика	Выполнение базового комплекса йоги. Разминка на различные группы мышц. Подготовка к контрольному уроку. Составление рассказов из выученных хаст.		2
36.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение выученных степов в произвольном порядке степов Bharatanatyam		2
37.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Выполнение сепов в произвольном порядке Bharatanatyam		2
38.	Контрольный урок Bharatanatyam		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст Вариации группы степов Bharatanatyam 1-17		2
39.	Базовый курс йоги, растяжка, степа		Практика	Подготовка к контрольному уроку по хаста- мудре.		2

	Bharatanatyam, Nasta Mudras					
40.	Контрольное занятие по хаста-мудре.		практика	Разминка. Контрольное занятие по хаста- мудре.		2
41.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Рассказы с использованием хаст отработка всех групп степов Bharatanatyam		2
42.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Подготовка к контрольному уроку по всем группам степов Bharatanatyam		2
43.	Базовый курс йоги, растяжка, степа Bharatanatyam, Nasta Mudras		Практика	Контрольный урок по всем группам степов Bharatanatyam		2
44.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dance»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение элементов первой части танца «The Rhythm of dance»		2
45.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка,		Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги,		2

	танец «The Rhythm of dane»			растяжка. Изучение Следующих элементов первой части танца «The Rhythm of dane»		
46.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dane»		практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение элементов второй части танца «The Rhythm of dane»		2
47.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dane»		Теория практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение Следующих элементов второй части танца «The Rhythm of dane»		2
48.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dane»		Теория практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Отработка первой и второй части танца «The Rhythm of dane»		2
50.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dane»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Подготовка к контрольному уроку по первой и второй части танца «The Rhythm of		2

				dane»		
51.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, Контрольный урок по танцу «The Rhythm of dane»		Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Контрольный урок по первой и второй части танца «The Rhythm of dane»		2
52.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dane»		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Отработка элементов танца. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
53.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dane»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение элементов третьей части танца «The Rhythm of dane»		2
54.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of dane»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение следующих элементов третьей части танца «The Rhythm of dane»		2
55.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhythm of		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение		2

	dane»			элементов четвертой части танца «The Rhytm of dane»		
56.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhytm of dane»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение следующих элементов четвертой части танца «The Rhytm of dane»		2
57.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, танец «The Rhytm of dane»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Подготовка к контрольному уроку по танцу «The Rhytm of dane»		2
58.	Контрольный урок по танцу «The Rhytm of dane»		Практика	Контрольный урок по танцу «The Rhytm of dane»		2
59.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Natuba»		Теория Практика	Содержание песни и заучивание слов. Разучивание элементов танца «Natuba». Абхияна. Работа над артикуляцией и жестом.		2
60.	Базовый курс йоги, разминка оздоровительн о-развивающие упражнени, танец в стиле		Теория Практика	Содержание песни и заучивание слов. Разучивание следующих элементов первой части танца «Natuba». Абхияна.		2

	Bollywood «Hattuba»					
61.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Теория Практика	Содержание песни и заучивание слов. Разучивание следующих элементов первой части танца «Hattuba».		2
62.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Отработка элементов танца. Абхияная. Работа над артикуляцией.		2
63.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Теория Практика	Разучивание элементов второй части танца «Hattuba». Работа над артикуляцией.		2
64.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Теория Практика	Разучивание следующих элементов второй части танца «Hattuba». Абхияная. Работа над артикуляцией.		2
65.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Практика	Разучивание следующих элементов второй части танца «Hattuba». Абхияная.		2
66.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Теория Практика	Творчество Хемы Милини Разучивание элементов третьей части танца «Hattuba». Абхияная.		2
67.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Работа в расстановках.		2

	Bollywood «Hattuba»			Разучивание элементов третьей части танца «Natuba». Абхиня. Работа над артикуляцией.		
68.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Теория Практика	Отработка элементов танца. Разучивание следующих элементов третьей части танца «Natuba» Абхиня. Работа над артикуляцией и жестом.		2
69.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Теория Практика	Работа в расстановках. Разучивание следующих элементов третьей части танца «Natuba». Абхиня. Работа над артикуляцией.		2
70.	Базовый курс йоги, разминка, танец в стиле Bollywood «Hattuba»		Практика	Отработка элементов танца. Абхиня. Работа над артикуляцией и жестом.		2
71.	Контрольные занятия		Теория Практика	Проверка устного материала по разделу. Проверка исполнения степоу Bharatanatyam, азбуки хаста- мудра, танцев всех разделов.		2
72.	Итоговое занятие		Теория практика	Исполнение танцев и рассказов. Отчетный концерт		2

				участников студии индийского танца.		
		ИТОГО			144 часа	

Рабочая программа на 2-й год обучения

Цели и задачи

Цель:

Выучить таткар, чакры, первые тукры, тихаи, Kathak, выучить танец в стилизации Kathak, познакомиться с особенностями костюмов в стиле Kathak, хаста-мудру, уметь работать в группе.

Задачи:

1. Научить ребенка не только запоминать движения и их последовательность, но и помочь почувствовать ту эмоцию, которая заложена в танце или которую несет исполнитель.
2. Научить держать ритм в классическом танце Kathak, правильно произносить слоги при прочтении тукр, тигаи.
3. Ознакомить и обучить названиям и значениям 1-й части Hasta Mudras

Особенности года обучения:

На 2-ом году обучения учащиеся углубляются в освоение абхинайи, изучают новый танцевальный стиль Kathak, освоение рисунка танца, поддержка степов Южно-индийского танца Bharatanatyan, разученный в первом году обучения.

Содержание программы 2 год обучения.

1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда

Теория:

Объяснение целей и задач второго года обучения.

Соблюдение правил охраны труда на занятиях студии индийского танца. Знакомство с особенностью индийского танцевального искусства и ее традициями. Рассказывается оригинальности костюмов различных стилей, классификации танцев, своеобразии музыкального сопровождения.

Алгоритм проведения занятий.

Практика:

Игры. Танцевальные фрагменты различных направлений.

2. Проверка пройденного на первом году обучения материала

Теория:

Устная проверка пройденного материала Hasta Mudra, рассказов.

Практика:

Повторение выученных танцев.

3. Базовый курс йоги

Теория:

Техника выполнения упражнений базового курса йоги для детей и основные элементы растяжки.

Практика:

Комплексные упражнения на различные группы мышц из базового курса йоги, техника безопасности выполнения растяжки.

4. Танцевальная разминка "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве» (далее разминка)**Теория :**

Особенность и целесообразность проведения данной разминки.

Практика:

Раздел "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве» включает следующие виды упражнений: ОРУ в положении стоя (для развития силы и подвижности в суставах, развивающие движения для шеи, плечевого пояса, запястий, кистей, пальцев, бедер, ног, ступней, ОРУ в положении сидя и лежа, упражнения на растягивание в различных исходных положениях, упражнения на расслабление и восстановление дыхания, упражнения в ходьбе на месте и в движении, бег, прыжки общеразвивающего и танцевального характера, упражнения и с предметами, упражнения с партнером.

В разминку включены элементы движений изучаемых танцев на втором году обучения.

5. Hasta Mudras.**Теория:**

В этот раздел входит изучение различных положений пальцев
Заучивание названий 18 мудр и их значений.

Практика:

Отработка 18 мудр и составление рассказов на основе изученного материала, использование в танце.

6. Степы Южно индийского классического танца Bharatanatyam**Теория:**

Объясняется техника и безопасное исполнения степов Bharatanatyam.
Просмотр видеоматериала.

Практика:

Практическое исполнение 17 групп (adavu).

7. Северо-индийский классический стиль Катхак.**Теория:**

Объясняется техника Конакола (проговаривание слогов), счет, базовые тукры, тигаи. Техника исполнения таткара, поворотов, чакр.

Практика:

Практическое исполнение татака, чакр, поворотов, базовых тукр.

8. Танец в стиле Kathak «Nainowale Ne»**Теория:**

Знакомство с современными музыкальными и танцевальными

традициями в стиле Северного классического танца Kathak. Просмотр видеоматериала. Внешний вид танцора. Особенности исполнения данного направления.

Практика:

Постановка корпуса, рук, ног. Разучивание элементов танца. Abhinaya. Работа в команде и сольно.

9. Пенджабский народный танец

Теория:

Знакомство с музыкальными и танцевальными традициями штата Пенджаб Индии. Просмотр видеоматериалов, внешний вид танцора. Особенности данного стиля.

Практика:

Постановление корпуса, рук, ног. Разучивание степов и связок танца Пенджаб. Abhinaya.

10. Контрольные уроки:

Теория:

Проверка устного материала по каждому разделу.

Практика:

Проверка исполнения ритмических связок, азбуки хаста-мудра, танцев каждого раздела.

11. Итоговые занятия:

Практика:

Исполнение танцев и рассказов. Отчетный концерт участников студии индийского танца.

**Учебно-тематический план
(2-й год обучения)**

№	Тема	Дата по плану	Тип урока	Элементы содержания и основные понятия урока	Дата по факту	Кол-час
1.	Вводные занятия. Инструктаж по охране труда		Теория Практика	Объяснение целей и задач второго года обучения. Соблюдение правил охраны труда.		2
2.	Вводные занятия.		Теория Практика	Знакомство с особенностью индийского танцевального искусства и ее		2

				традициями. Алгоритм проведения занятий. Танцевальные фрагменты различных направлений.		
3	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, стеги Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Выполнение стегов в произвольном порядке Bharatanatyam Название и значение Kapittha hasta (Капитха хаста), Katakamukha hasta (Катакамукха хаста)		2
4	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, стеги Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Выполнение стегов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Suci hasta, Chandra-cala hasta (Суччи хаста, Чандракала хаста)		2
5.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, стеги Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Выполнение стегов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Padma-cosa hasta, Sarpa-sarsa		2

				hasta (Падмакоша хаста, Сарпаширса хаста)		
6.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, стеги Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки, разминка. Выполнение степов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Mriga-sirsa hasta, Simha-mukha hasta (Мригаширша хаста, Симхамукха хаста)		2
7.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, стеги Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Техника выполнения упражнений 1 комплекса. Теория исполнения таткара, школы Карнатак. Хаста – симхамукха. Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Выполнение степов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Kangula hasta, Alapadma hasta (Кангула хаста, Алападма хаста)		2
8.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, стеги Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Выполнение степов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Chatura hasta, Bhamara hasta (Чатура хаста,		2

				Бхрамара хаста)		
9.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, степа Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Выполнение степов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Hamsasya hasta, Hamsa-paksa (Хамсасья хаста, Хамсапакша хаста)		2
10.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, степа Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Выполнение степов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Samdamsa hasta, Mukula hasta (Садамся хаста, Мукула хаста)		2
11.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, степа Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Выполнение степов Bharatanatyam в произвольном порядке Название и значение Tamra-cuda hasta, Trisula hasta (Тамрачда хаста, Трицула хаста)		2
12.	Базовый курс йоги, разминка, растяжка, степа Южно-индийского танца Bharatanatyam, Hasta Mudra.		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, выполнение разминки на различные группы, растяжки подготовка к контрольному уроку по степам		2

				Bharatanatyam, составление рассказов из выученных хаст.		
13.	Контрольный урок по базовому комплексу йоги, степам Bharatanatyam, Hasta Mudra		Практика	Контрольное занятие по базовому комплексу йоги. По степам Bharatanatyam, Hasta Mudra		2
14.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тигаи		Теория Практика	Просмотр видеоматериала, выполнение разминки на различные группы мышц, Теория исполнения таткара, чакры, повороты, 1-я базовая тукра. Составление рассказов с выученными хастами.		2
15.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тигаи		Теория Практика	Просмотр видеоматериала, выполнение разминки на различные группы мышц, исполнение таткара, чакры, 2-я базовая тукра.		2
16.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тихай		Теория Практика	Просмотр видеоматериала, выполнение разминки на различные группы мышц, исполнение таткара, чакры, повороты, Тихай.		2
17.	Базовый курс йоги,		Теория Практика	Индийские праздники,		2

	разминка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тихай			видеопросмотр. Просмотр видеоматериала, выполнение разминки на различные группы мышц, исполнение таткара, чакры, повороты, 3-я тукра.		
18.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тихай		Теория Практика	Просмотр видеоматериала, выполнение разминки на различные группы мышц, исполнение таткара, чакры, повороты на три доли, 4-я тукра.		2
19.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тихай		Теория Практика	Просмотр видеоматериала, выполнение разминки на различные группы мышц, исполнение таткара, чакры, повороты, Тихай № 2.		2
20.	Базовый курс йоги, Растяжка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тихай		Теория Практика	Выполнение разминки на различные группы мышц, исполнение таткара, чакры, повороты на 8 счетов (таткар)		2
21.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Kathak, хаста-мудра, таткар,		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, исполнение таткара, чакры, повороты на 5 счетов		2

	чакра, базовые тукры, тигаи					
22.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Kathak, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, Теория исполнения таткара, чакры, повороты на 3 счета		2
23.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи		Практика	Выполнение базового комплекса йоги, подготовка к контрольному уроку по выполнению элементов Kathak таткар, чакра, базовые тукры, тихаи		2
24.	Контрольный урок по элементам Kathak, хаста- мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи		Практика	Разминка, контрольный урок по элементам танца Kathak, чакра, таткар, повороты, 1 и 2 тукры, 1тихай		2
25.	Контрольный урок по элементам Kathak, хаста- мудра, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи		Практика	Разминка, контрольный урок по элементам танца Kathak, чакра, таткар, повороты, 3 и 4 тукры, 2тихай		2
26.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Освоение 3-го комплекса йоги. Разминка на различные группы мышц. Контрольный урок по Катхаку.		2

27.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория практика	Видеопросмотр. Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, Знакомство с музыкальной композицией «Nainowale Ne», Абхинайя		2
28.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, Разучивание первого элемента танца «Nainowale Ne»		2
29.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne»		2
30.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
31.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
32.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя. Игра на жесты.		2

33.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя, расстановка в танце		2
34.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
35.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
36.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Видео просмотр. Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
37.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
38.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
39.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2

40.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne»		2
41.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, следующий элемент танца «Nainowale Ne»		2
42.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Растяжка. Подготовка к контрольному уроку по танцу «Nainowale Ne»		2
43.	Контрольный урок по танец «Nainowale Ne»		Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжка контрольный урок по первой части танца «Nainowale Ne»		2
44.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание 2 части «Nainowale Ne», Абхинайя		2
45.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание следующих элементов 2 части танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
46.	Базовый курс йоги, растяжка,		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки,		2

	танец «Nainowale Ne»			разучивание следующего элемента 2 части танца «Nainowale Ne», Абхинайя		
47.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента 2 части танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
48.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента 2 части танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
49.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента 2 части танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
50.	Базовый курс йоги, растяжка, танец «Nainowale Ne»		Теория Практика	Создание сценического образа. Подготовка к контрольному уроку по танцу «Nainowale Ne».		2
51.	Контрольный урок по танцу «Nainowale Ne»		Практика	Контрольный урок по танцу «Nainowale Ne».		2
52.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский		Теория Практика	Прослушивание музыки штата Пенджаб. Просмотр видео. Абхинайя.		2

	танец Bhangra			Работа над артикуляцией.		
53.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Практика	Постановка корпуса, рук, ног. Разучивание элементов танца Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
54.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Выполнение растяжки. Разучивание элементов танца Bhangra. Абхияна.		2
55.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Выполнение растяжки. Разучивание элементов танца Bhangra. Абхияна.		2
56.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Содержание песни и заучивание слов. Разучивание элементов танца Bhangra. Абхияна.		2
57.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Разучивание элементов танца Bhangra. Абхияна.		2
58.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Растяжка. Разучивание элементов танца, работа с партнером. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
59.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Отработка выученных элементов танца Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2

60.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Практика	Отработка элементов танца Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
61.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Вариации выученных элементов танца Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
62.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Разучивание новых элементов танца Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
63.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Работа над импровизацией выученных элементов Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
64.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Работа в расстановках. Разучивание элементов танца Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
65.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Отработка элементов танца. Абхияна. Работа над артикуляцией и жестом.		2
66.	Базовый курс йоги, разминка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Разучивание элементов танца Bhangra. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2

67.	Базовый курс йоги, растяжка, пенджабский танец Bhangra		Теория Практика	Отработка элементов танца. Абхиная. Работа над артикуляцией и жестом.		2
68.	Контрольные занятия по пенджабскому танцу Bhangra		Теория практика	Проверка исполнения танца пенджабскому танцу Bhangra		2
69.	Контрольные занятия		Теория	Проверка устного материала по разделу.		2
70.	Контрольные занятия		Практика	Проверка исполнения ритмических связок, Nasta Mudra, танцев всех разделов.		2
71.	Итоговое занятие		Практика	Исполнение танцев и рассказов. Отчетный концерт участников студии индийского танца.		2
72	Итоговое занятие		Теория	Подведение итогов года. Задание на лето.		2
		ИТОГО:			144	

Рабочая программа на 3-й год обучения

Цели и задачи

Цель:

Уметь работать с выученными степами Южно-индийского танца, Северг-индийского танца. Уметь устно рассказать, как выполнять степы. Выучить стилизованный Южно-индийский танец «Dheva Dheva» с расстановками.

Задачи:

Исправить у учащихся стилевые ошибки, выявить их причину и объяснить ребенку, как их устранить. Учащиеся самостоятельно проводят

разминку, работу над ошибками. Научить четко и громко проговаривать слоги (Конакол)

Особенности года обучения:

Учащиеся оттачивают мастерство исполнения степов Bharatanatyam, Kathak, самостоятельно работают над танцем.

Содержание программы

1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда

Теория:

Объяснение целей и задач третьего года обучения.

Соблюдение правил охраны труда на занятиях студии индийского танца. Знакомство с особенностью индийского танцевального искусства и ее традициями. Рассказывается оригинальности костюмов различных стилей, классификации танцев, своеобразии музыкального сопровождения.

Алгоритм проведения занятий.

Практика:

Игры. Танцевальные фрагменты различных направлений.

2. Базовый курс йоги

Теория:

Техника выполнения упражнений базового курса йоги для детей и основные элементы растяжки.

Практика:

Комплексные упражнения на различные группы мышц из базового курса йоги, техника безопасности выполнения растяжки.

3. Танцевальная разминка "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве» (далее разминка)

Теория:

Особенность и целесообразность проведения данной разминки.

Практика:

Раздел "Оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве» включает упражнения для развития силы и подвижности в суставах, развивающие движения для шеи, плечевого пояса, запястий, кистей, пальцев, бедер, ног, ступней, ОРУ в положении сидя и лежа, упражнения на растягивание в различных исходных положениях, упражнения на расслабление и восстановление дыхания, упражнения в ходьбе на месте и в движении, бег, прыжки танцевального характера, упражнения и с предметами, упражнения с партнером.

В разминку включены элементы движений изучаемых танцев на третьем году обучения.

4. Степы Южно индийского классического танца Bharatanatyam

Теория:

Объясняется техника и безопасное исполнения степов Bharatanatyam.

Просмотр видеоматериала.

Практика:

Практическое исполнение 17 групп (adavu), Hasta Mudras

5. Стилизация классического Южно-индийского танца «Dheva Dheva»

Теория:

Знакомство с современными музыкальными и танцевальными традициями в стиле Северного классического танца Kathak. Просмотр видеоматериала. Внешний вид танцора. Особенности исполнения данного направления.

Практика:

Постановка корпуса, рук, ног. Разучивание элементов танца. Abhinaya. Работа в команде и сольно.

6. Стилизация классического Северо-индийского танца «Parde Mein Rahne Do»

Теория:

Объясняется техника исполнения таткара, чакр, основных элементов классического Северо-индийского танца. Техника исполнения поворотов.

Практика:

Постановка корпуса, рук, ног. Разучивание элементов танца. Abhinaya. Работа в команде и сольно.

7. Танцевальные стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современные. Изучение танца «Satarangi Re»

Теория:

Знакомство с современными музыкальными и танцевальными традициями разных штатов Индии. Просмотр видеоматериала. Внешний вид танцора. Особенности исполнения разных направлений.

Практика:

Постановка корпуса, рук, ног. Разучивание элементов танца. Abhinaya. Работа в команде и сольно.

8. Гуджаратский народный танец Garba

Теория:

Знакомство с музыкальными и танцевальными традициями штата Гуджарат. Просмотр видеоматериалов, внешний вид танцора. Особенности данного стиля.

Практика:

Постановление корпуса, рук, ног. Разучивание степов и связок танца Garba. Abhinaya.

9. Контрольные уроки:

Теория:

Проверка устного материала по каждому разделу.

Практика:

Проверка исполнения ритмических связок, азбуки хаста-мудра, танцев каждого раздела.

10. Итоговые занятия:

Практика:

Исполнение танцев и рассказов. Отчетный концерт участников студии

индийского танца.

Учебно-тематический план (3-й год обучения)

№ п/п	Тема урока	Дата по плану	Тип урока	Элементы содержания или основные понятия урока	Дата по факту	Кол- час
1.	Вводные занятия. Инструктаж по охране труда		Теория Практика	Объяснение целей и задач первого года обучения Соблюдение правил охраны труда. Игры. Танцевальные фрагменты различных направлений.		2
2.	Вводные занятия. Инструктаж по охране труда		Теория Практика	Объяснение целей и задач первого года обучения Соблюдение правил охраны труда. Игры. Танцевальные фрагменты различных направлений.		2
3.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве степы Bharatanaty		Теория Практика	Техника выполнения упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Техника исполнения степов Baharatanatyam Hasta Mudras		2

	am, Hasta Mudras .					
4.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Выполнение базового курса йоги. Выполнение степов Bharatanatyam. Hasta Mudra		2
5.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительно-развивающие упражнения на ориентировку и действие в пространстве степы Bharatanatyam, Hasta Mudras		Теория Практика	Выполнение базового курса йоги, разминки, растяжки. Выполнение степов группы 1-5 Bharatanatyam. Hasta Mudra		2
6.	Базовый курс йоги, растяжка, разминка оздоровительно-		Теория Практика	Техника выполнения упражнений базового комплекса йоги, разминка, растяжка. Основные характеристики стиля		2

	развивающ ие упражнения на ориентиров ку и действие в пространст ве степы Bharatanaty am, Hasta Mudras			Baharatanatyam положение тела, рук, ног. Техника исполнения степов группы 6-10		
7.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanaty am, Hasta Mudras		Теори я Практи ка	Техника выполнения упражнений базового комплекса йоги. Основные характеристики стиля Baharatanatyam положение тела, рук, ног. Техника исполнения степов группы 11-17, Hasta Mudras		2
8.	Контрольн ый урок Bharatanaty am, Hasta Mudras		Практи ка	Контрольный урок по стедам Bharatanatyam, Hasta Mudras		2
9.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanaty am, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теори я Практи ка	Выполнение базового курса йоги, растяжка Техника выполнения элементов танца «Dheva Dheva»		
10.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanaty am, Hasta		Теори я Практи ка	Выполнение базового комплекса йоги, растяжка. Разучивание элементов танца «Dheva Dheva»		

	Mudras Танец «Dheva Dheva»					
11.	Базовый курс йоги, растяжка, степпы Bharatanaty am, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теори я Практи ка	Выполнение базового комплекса йоги, разучивание следующих элементов танца «Dheva Dheva». Абхиная		
12.	Базовый курс йоги, растяжка, степпы Bharatanaty am, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теори я Практи ка	Выполнение разминки, растяжка. Hasta Mudras, разучивание следующих элементов танца «Dheva Dheva»		
13.	Базовый курс йоги, растяжка, степпы Bharatanaty am, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теори я Практи ка	Выполнение растяжки, следующий элемент танца «Dheva Dheva» Абхиная.		
14.	Базовый курс йоги, растяжка, степпы Bharatanaty am, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теори я Практи ка	Растяжка, разучивание новых элементов танца «Dheva Dheva», работа над постановкой.		

15.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение растяжки, разминки. Разучивание следующих элементов танца. Hasta Mudras		
16.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжка. Разучивание следующих элементов танца «Dheva Dheva»		
17.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение растяжки, базового комплекса йоги. Работа в командах с выученным материалом.		
18.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, Разучивание следующих элементов танца «Dheva Dheva»		
19.	Базовый курс йоги, растяжка, степы		Теория Практика	Выполнение растяжки, базовые степы Bharatanatyam, Абхинайя		

	Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»					
20.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, Внешний вид танцовщицы. Просмотр видеоматериала.		
21.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги. Разучивание новых элементов танца «Dheva Dheva»		
22.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение растяжки. Работа с пространством, импровизация.		
23.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги. Разучивание следующего элемента танца «Dheva Dheva»		

	«Dheva Dheva»					
24.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»			Выполнение базового комплекса йоги. Разучивание следующего элемента танца «Dheva Dheva»		
25.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta Mudras Танец «Dheva Dheva»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, подготовка к контрольному уроку по танцу «Dheva Dheva»		
	Контрольный урок по танцу «Dheva Dheva»		Практика	Контрольный урок по танцу «Dheva Dheva»		
26.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихай танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Техника выполнения таткара, чакра, базовые тукры (1,2), тихай № 1 растяжка. Выполнение базовых элементов йоги, растяжки.		2
27.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака,		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки, разучивание Техника выполнения таткара, поворотов.		2

	таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		ика	Тукры (2,3), тихай № 2. Разучивание первых элементов (выход) танца «Parde Mein Rahne Do»		
28.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента танца ««Parde Mein Rahne Do»», Абхинайя Таткар, повороты на 8 счетов		2
29.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента танца «Parde Mein Rahne Do», Абхинайя Таткар, повороты на 5 счетов		2
30.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента танца «Parde Mein Rahne Do», Абхинайя. Повороты на 3 счета		2

31.	Базовый курс Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки, разучивание следующего элемента танца «Parde Mein Rahne Do», Абхинайя Повороты на 1 счет		2
32.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Лекция – внешний вид танцовщицы, музыкальное сопровождение.		2
33.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Выполнение базовый элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента 2 части танца «Nainowale Ne», Абхинайя		2
34.	Базовый курс йоги, растяжка, степы Bharatanatyam, Hasta		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, разучивание следующего элемента части «Parde Mein Rahne Do», Абхинайя		2

	Mudras .					
35.	Базовый курс йоги, разминка, элементы Катхака, таткар, чакра, базовые тукры, тихаи танец «Parde Mein Rahne Do»		Теория Практика	Выполнение базовых элементов йоги, растяжки, подготовка к контрольному уроку по танцу «Parde Mein Rahne Do», Абхиная		2
36.	Контрольный урок по танцу «Parde Mein Rahne Do»		Практика	Разминка Контрольный урок по танцу «Parde Mein Rahne Do»		2
37.	Танцевальные стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современные. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Знакомство с различными танцевальными и музыкальными стилями Индии		2
38.	Танцевальные стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современные. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Знакомство с танцевальной и музыкальной культурой штата Раджастан (Rajasthani)		2
39.	Танцевальные стили		Теория	Выполнение растяжки. Знакомство с		2

	Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Практика	танцевальной и музыкальной культурой штата Бенгаль (Bengal) Разучивание первых степов танца «Satarangi Re»		
40.	Танцевальны е стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение растяжки. Знакомство с танцевальной и музыкальной культурой штата Кашмир (Kashmir). Разучивание следующих степов танца «Satarangi Re»		2
41.	Танцевальны е стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение растяжки. Разучивание следующих степов танца «Satarangi Re»		2
42.	Танцевальны е стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение растяжки. Разучивание следующих степов танца «Satarangi Re»		2
43.	Танцевальны е стили		Теория	Выполнение базового комплекса йоги,		2

	Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Практика	растяжки. Разучивание следующих степов танца «Satarangi Re». Абхинайя		
44.	Танцевальны е стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение растяжки, базового комплекса йоги. Разучивание следующих новых элементов танца «Satarangi Re»		2
45.	Танцевальны е стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение базового комплекса йоги, растяжки. Разучивание новых степов танца «Satarangi Re»		2
46.	Танцевальны е стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современны е. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение следующих элементов танца «Satarangi Re»		2

47.	Танцевальные стили Индии, танцы в стиле фолк (народные), современные. Изучение танца «Satarangi Re»		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Подготовка к контрольному уроку по танцу «Satarangi Re»		2
48.	Контрольный урок по танцу «Satarangi Re»		Практика	Контрольный урок по танцу «Satarangi Re»		2
50.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Знакомство с музыкальной и танцевальной культурой штата Гуджарат (Gujarat) Индии		2
51.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Знакомство с народным танцем и музыкой штата Гуджарат (Gujarat) Индии		2
52.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Отработка элементов танца. Абхияна. Работа над артикуляцией.		2
53.	Базовый		Теория	Выполнение		2

	курс йоги, растяжка Гуджаратск ий народный танец Garba		я Практ ика	упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Техника выполнения степов танца Garba		
54.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратск ий народный танец Garba		Теори я Практ ика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение следующих новых степов Garba		2
55.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратск ий народный танец Garba		Теори я Практ ика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Лекция: внешний вид танцовщицы штата Гуджарат (Gudjarat)		2
56.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратск ий народный танец Garba		Теори я Практ ика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение новых степов Garba		2
57.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратск ий народный танец Garba		Теори я Практ ика	Выполнение упражнений базового комплекса йоги, растяжка. Изучение новых степов Garba. Абхиная		2
58.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратск ий народный танец Garba		Теори я Практ ика	Базовый курс йоги, растяжка. Разучивание новых степов танца Garba		2
59.	Базовый курс йоги, растяжка		Теори я Практ	Базовый курс йоги, работа на импровизацией.		2

	Гуджаратский народный танец Garba		ика			
60.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Базовый курс йоги, новые степы танца Garba Абхиная		2
61.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Базовый курс йоги, разминка. Разучивание новых элементов танца Garba		2
62.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Отработка элементов танца. Абхиная. Работа над артикуляцией.		2
63.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Базовый курс йоги, разминка, разучивание новых степов Garba		2
64.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Выполнение растяжки, базового комплекса йоги. Работа над вариациями выученных степов танца Garba		2
65.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский		Практика	Выполнение растяжки, разучивание новых элементов танца.		2

	народный танец Garba					
66.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Творчество Мадхури Дикшит Разучивание танца Garba . Абхиная.		2
67.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Просмотр видеоматериала. Работа в расстановках. Разучивание новых степов танца Garba. Абхиная.		2
68.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Отработка элементов танца. Разучивание новых степов танца Garba. Работа над артикуляцией и жестом.		2
69.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Теория Практика	Работа в расстановках. Разучивание следующих элементов танца Garba. Абхиная. Работа над артикуляцией.		2
70.	Базовый курс йоги, растяжка Гуджаратский народный танец Garba		Практика	Отработка элементов танца. Абхиная. Работа над артикуляцией и жестом.		2
71.	Контрольные занятия		Теория Практика	Проверка устного материала по разделу. Проверка исполнения степов Bharatanatyam, азбуки хаста-мудра, танцев всех разделов.		2

72.	Итоговое занятие		Теория практика	Исполнение танцев и рассказов. Отчетный концерт участников студии индийского танца.		2
		ИТОГО			144 часа	

V. Оценочные и методические материалы.

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения природных физических качеств (чувство ритма, выразительность, координация, артистичность, растяжка и т.д.)

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога.

Диагностика физических качеств проводится с каждым учащимся индивидуально по следующим 8 параметрам :

- чувство ритма, музыкальность;
- растяжка;
- артистичность, выразительность, эмоциональность;
- танцевальная память, координация.

И заносятся в диагностическую карту (приложение к Программе), пользуясь следующей шкалой:

Оценка параметра		Уровень по сумме баллов	
Низкий уровень	1-2	Низкий уровень	12
Средний уровень	3-4	Средний уровень	13-16
Высокий уровень	5	Высокий уровень	17-20

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- опрос на умение рассказать правила использования и показать основные элементы, рисунки и манеру исполнения танцев по программе обучения!
- выполнение тестовых заданий на знание терминологии и стилей танцев Индии;
- творческий показ, участие в концертах, праздника, фестивалях;
- анализ педагогом и учащимся качеств выполнения творческих работ, приобретенных навыков общения.

Промежуточный контроль проводится один раз в год – декабрь, с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки обучения.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе.

Формы:

- открытое занятие (для родителей, для других учащихся). Учащиеся должны продемонстрировать уровень владения теоретическим материалом программы. Для этого проводятся устный опрос (в игровой форме), зачет.
- класс-концерт для родителей, сверстников, на нем учащиеся демонстрируют практические навыки, приобретенные за время обучения.

Диагностика уровня личностного развития учащихся проводится по 7 параметрам:

- культура речи;
- умение слушать;
- умение выделить главное;
- самоконтроль, выдержка, воля;
- работа в команде.

Итоги диагностики заносятся в диагностическую карту «Определение уровня развития личностных качеств учащихся» (Приложение к программе), используя следующую шкалу.

Оценка параметра		Уровень по сумме баллов	
Низкий уровень	1-2	Низкий уровень	14-20
Средний уровень	3-4	Средний уровень	21-28
Высокий уровень	5	Высокий уровень	29-35

Отслеживание результативности учащихся по программе:

Вид отслеживания	Формы проведения	Сроки
Входной	Просмотр, собеседование	Сентябрь
Текущий	Беседа, наблюдение педагога, контрольный урок	В течение года
Промежуточный	Участие в концерте, контрольный урок	Декабрь, май
Итоговый	Отчетный концерт	май

Успехи отдельных детей и группы в целом отслеживаются через выступления на открытых занятиях. А также, по желанию родителей, на конкурсах и фестивалях. Исполнение детьми несложных танцевальных номеров помогает установить качество усвоенных знаний, определить уровень их развития.

Дистанционная поддержка

Дистанционна	Учебно-	Проверочные	Срок	Форма
--------------	---------	-------------	------	-------

поддержка Тема (раздел)	методические материалы	задания	(период)	обратной связи
Вводное занятие	Видеозаписи выступлений DVD	Опрос, беседа	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Основные движения хореографических номеров	Видеозаписи выступлений DVD	Повторение движения вместе с видео	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Комбинации из хореографических номеров	Видеозаписи выступлений DVD	Повторение движения вместе с видео	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Хореографические рисунки	Видеозаписи выступлений DVD	Опрос, беседа	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Техника исполнения хореографических номеров	Видеозаписи выступлений DVD	Опрос, беседа, Повторение движения вместе с видео	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Эмоциональное исполнение хореографических номеров	Видеозаписи DVD	Опрос, беседа	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Подготовка к выступлениям, отработка хореографических номеров	Видеозаписи DVD	Повторение движения вместе с видео	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Импровизации	Видеозаписи DVD	Повторение движения вместе с видео	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp
Контрольные и итоговые занятия	Видеозаписи DVD	Повторение движения вместе с видео	В течении года	Электронная почта, группа в WhatsApp

Материально техническое обеспечение

Методы и приемы обучения

Дидактические

Словесные:

- рассказ педагога;
- беседа;
- лекция;
- прослушивание музыкального материала;
- опрос;
- игровые.

Практические:

- творческие задания;
- ведение рабочих тетрадей.

Применение ИКТ:

- Работа с ЭОР (использование мультимедийных материалов, презентаций, фрагментов фильмов, работа с электронными источниками: сайты, энциклопедии, словари).

Ведущими методами обучения детей танцевальному искусству являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (видеоматериал).

Список литературы.

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242).

Литература для педагога:

1. Андреева Е., Девадаси: Мир, унесенный ветром.- М.: Ганга, 2018
2. Джидду Кришнамурти. Образование и смысл жизни. – М., 2003.
3. Индия. /Авторское право: Фестиваль Индии. - Перевод: Радуга, 2008.
4. Конжиев И.М. Патриотическое и планетарное воспитание: вопросы теории: Пособие. – Петрозаводск, КГПУ, 2000.
5. Kothari Sunil. Kathak Indian classical dance art. Haur khas, New Delhi, India, 2011.
6. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология. – М., 2001.
7. Макаренко И.С. Организация и руководство воспитательной работы в школе. – М., 1974.

8. Малыхина Л.Б. Справочник педагога дополнительного образования. – Волгоград 2012.
 9. Майстрова Л.Ф. Хореография, ребенок и природа. - М.: изд. Гном, 2014.
 10. Медведь Э.И. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования. - М., 2002.
 11. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. - Киев, 1990.
 12. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. - М., 2001.
 13. Рубинштейн С.Л. Проблема способностей и вопросы психологической теории. Вопросы психологии. 1960.
 - Руднева С., Фиш Э. Ритмика, Музыкальное движение. Изд. 3-е –М., 2002.
 14. Самсон Лила. Ритмы радости. Традиции классических индийских танцев. Фестиваль Индии в России, 2007.
 15. Слуцкий В.И. Элементарная педагогика, или как управлять поведением человека. - М., 2010.
 16. Сухомлинский В.А. Методика воспитания коллектива. - М., 1981.
 17. Туркевич Г.Б., Туркевич Е.Б. Мифы древней Индии. – СПб., 1997.
 18. Flunn Dorris. Costumes of India. Grant Lane. Calcutta, India 2012.
 - Федорова Г. Танцы для развития детей. М.: 2000
 19. Щуркова Н.Е. Программа воспитания школьника. – М., педагогическое общество России, 2000.
 19. Щуркова Н.Е. Воспитание: новый взгляд с позиции культуры. Педагогический поиск. – М., 2007.
- Литература для учащихся:
1. Арти Д. Александр , Танцующие с Богами, индийская энциклопедия . Ниола-Пресс: 2011
 2. Бальвант Гарги. Театр и танец Индии. - М., 2000.
 3. Челнокова А.В. Индийский этикет: речевой и невербальный аспекты: учебник. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. Ун-та, 2019
- Интернет-ресурсы:
- DaceHelp.ru**
Horeograf.ru
Dancerussia.ru
<http://indianroom.ru/iskusstva-indii/indijskie-tancy-bxaratnatyam.html>
<http://www.nrityas.ru/ru/styles/katxak/istoriya-katxaka.html>
<http://bharatiya.ru/india/crafts/muzika.html>