

Комитет по образованию города Барнаула
Муниципальное бюджетное учреждение
«Лицей №121»

Рассмотрена, принята
на заседании
педагогического совета
от «25» августа 2023г.
протокол №11



Утверждена:
Директор МБОУ «Лицей №121»
Н.В. Грачева
«28» августа 2023г. №278

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности,
«Ла Грэйс»

Возраст учащихся: 3-4 года
Срок реализации: 7,5 месяцев

Автор- составитель: Ощепкова М. С., педагог
дополнительного образования

г. Барнаул, 2023

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия балета «Ла Грейс» разработана на основе нормативно - правовых документов:

1. Федерального закона РФ от 29.12.2012 «273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Устава МБОУ «Лицей №121», утвержденного приказом комитета по образованию города Барнаула от 9 сентября 2019 №1599-осн.;
3. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Положения об оказании платных образовательных услуг, утвержденного приказом директора МБОУ «Лицей №121» №278 от 28.08.2023;
5. Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, утвержденного приказом директора МБОУ «Лицей №121» №288 от 28.08.2019;

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия балета «Ла Грейс» имеет **художественную** направленность, по способу усвоения – общеразвивающая, по типу – модифицированная.

Программа направлена на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание обучающихся, на приобретение основ исполнения классического танца.

Среди проблем связанных с воспитанием молодого поколения, особое внимание уделяется проблеме духовно-нравственного развития личности. Главная задача-приобщение детей к общечеловеческим ценностям, формирование их духовности. Балет пользуется в нашей стране и во всем мире необычайной популярностью. Это искусство молодости и красоты, оно несет в себе глубочайшую правду человеческих чувств и переживаний, через которую раскрываются характеры героев, события народной жизни. В связи с этим классический танец – великолепное средство воспитания и развития ребенка. Он обогащает духовный мир ребенка, учит восприятию классической музыки, помогает ребёнку раскрыться как личности. Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным. Ребёнок развивается физически, учится чувствовать ритм, понимать характер мелодии, у него развивается художественный вкус, творческая фантазия.

Поэтому дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия балета «Ла Грейс» актуальна, так как направлена на приобщение ребёнка к миру классического искусства, к общечеловеческим ценностям. Всё это делает программу востребованной со стороны родителей и обучающихся.

Отличительные особенности данной программы. Данная программа «Студия балета «Ла Грейс» предназначена для реализации в условиях дополнительного образования и отличается от существующих программ по классическому танцу. Программа основана на пособии по ритмике Бурениной А. И «Ритмическая мозаика» и дополнена методическими пособиями по ритмике и партерной гимнастике для детей школьного возраста авторов

Баршай В.М. «Гимнастика». При обучении ребенка классическому танцу данные методики позволяют решать задачи способами, соответствующими возрастным, физиологическим особенностям, а также способствуют, укреплению опорно-двигательного аппарата, развитию психических процессов, развитию эстетического вкуса.

Адресат программы. Программа предназначена для обучающихся 3-4 лет. Набор детей в коллектив, по желанию, без предъявления требований к наличию у детей специальных данных для занятия классическим танцем. Прием обучающихся в коллектив осуществляется на основании медицинской справки, дающей допуск к занятиям с физическими нагрузками и заявления родителей. При комплектовании групп учитывается возраст детей. Количественный состав группы первого года обучения - 15 человек.

Объем и срок реализации программы. Реализация программы «Студия балета «Ла Грейс» составляет 7,5 месяцев. Общий объем 90 часов.

Формы обучения. Основной формой обучения является занятие.

Режим занятий. Занятия с обучающимися проводятся три раза в неделю по 1 академическому часу, продолжительность академического часа составляет 45 минут. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия балета «Ла Грейс» предполагает систему адаптационных занятий и состоит из следующих учебных разделов:

1. Экзерсис на середине класса;
2. Экзерсис на гимнастических ковриках;
3. Партерная гимнастика;
4. Раздел Allegro.

Основные принципы построения программы:

- развитие эстетического и художественного вкуса у детей;
- развитие образного мышления;
- развитие профессиональных данных: гибкость, выворотность, подъём стопы, танцевальный шаг, прыжок, устойчивость, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, сообразительность, координацию, танцевальность;
- развитие техники исполнительского мастерства;
- воспитание культуры поведения и чувства прекрасного;
- воспитание чувства такта, благородства, уважения друг к другу;
- воспитание трудолюбия, дисциплинированности, обязательности, аккуратности;
- повышение занятости детей в свободное время, организация полноценного досуга.
- приобретение музыкально-ритмических навыков;
- формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
- приобретение свободы движения в танце и чувства ансамбля.

Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей 3-4 лет.

Образовательная область	Виды детской деятельности	Формы образовательной деятельности
Социально-	Игровая, коммуникативная,	Игры для воображения, перевоплощение в животных в игре.

коммуникативная	трудовая, музыкальное восприятие, двигательная, творческая.	Творческие задания в парах, для ориентации пространства, координации. Задание на импровизацию под музыкальные произведения, развитие слуха, определение характера музыки. Уметь двигаться согласно ритму музыкального произведения.
Познавательное Развитие	Познавательно-наблюдательная, практическая, творческая	Наблюдения, запоминания, способность повторения движений, запоминание последовательности и правильности исполнения упражнений. Развитие правильной осанки, выносливости, силы мышц всего тела, развитие выворотности, танцевального шага, выразительности, манеры исполнения.
Теория	Познавательная, развивающая	Краткая история, термины, объяснение значения движений, их перевод с французского языка.
Практика	Физическая, двигательная, трудовая, творческая.	Исполнение движений и упражнений, танцевальных номеров, подвижные игры, концерты, конкурсы, открытые уроки для родителей.

1.2. Цель программы: формирование начальных представлений обучающихся о танцевальной культуре и искусстве, развитие танцевальных способностей детей и интереса к занятиям классическим танцем в форме игры.

Основные задачи:

- развитие чувства ритма, музыкальности у детей;
- развитие физических данных;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- формирование правильной осанки;
- привить любовь к искусству танца;
- воспитание в детях эстетического вкуса.

Учебно-тематический план

Тема	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие	1	1	2

Искусство танца	5	32	37
Музыкальная грамотность	6	17	23
Теоретическое познание	14	6	20
Творческая деятельность	4	6	8
Итого:			90 часов

1.3. Содержание

1. **Вводное занятие.** Организационный момент по форме учащихся, о правилах поведения, безопасности.
2. **Искусство танца.** Работа над основными позициями ног, рук, правильной осанки, положением головы, полуповоротов, полунаклонов, постановкой корпуса. Задача научить базовым элементам, упражнениям классического танца. По предмету «Классический танец» педагог занимается с учащимися над выработкой навыков правильности и чистоты исполнения, приобретения навыков точной согласованности движений, развития выворотности, развития и закрепления устойчивости, развития координации движений, воспитание силы и выносливости, освоения простейших танцевальных элементов, развития артистичности и выразительности.
3. **Музыкальная грамотность.** Детям необходимо научиться слышать музыку, а именно ритм, начала такта, знать счет музыки. Выполнять упражнения точно под музыку. Определять и передавать в движениях характер музыкального произведения. Педагогу необходимо подобрать музыкальный материал, что бы детям было интересно, чтобы эмоциональный настрой был направлен на работу без напряжения, раздражения. Благодаря этому разделу у учащихся развивается музыкальный слух.
4. **Теоретическое познание.** В этом разделе обучающиеся должны узнать термины и названия основных упражнений, движений классического танца. Знать значения движений с французского языка. Свободно владеть терминологией и правильно применять названия упражнений на практике. Ознакомиться с краткой историей возникновения балета.
5. **Творческая деятельность.** После качественного показа упражнений, движений, дети должны пытаться правильно исполнять, поставленные задачи педагога. В этом разделе демонстрируется вся работа, весь труд детей и педагога в виде танцевальных номеров, упражнений на середине зала или у опоры, упражнений в партерной гимнастике. Дети развиваются не только физически, но и творчески, благодаря заданиям на импровизацию, благодаря выступлениям перед зрителями, благодаря открытым урокам перед родителями. Основная задача раздела развить правильную осанку, постановку корпуса, координацию, легкость и выразительность движений.

1.4. Планируемые результаты:

- полноценное ощущение себя в пространстве;
- развитие осанки, освоение позиций рук, ног, положений корпуса и головы;
- развитие выносливости и умения владеть различными группами мышц;
- развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработки устойчивости;
- овладение техникой исполнения упражнений классического танца.

1.5. Календарный учебный график (Приложение)

Формы аттестации. Открытое занятие, концерт, выступление на хореографических конкурсах.

Методическое обеспечение. В программе используются следующие методы обучения: словесный, наглядный практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой, проектный.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии - технология группового обучения, игровые технологии, здоровьесберегающие технологии.

Список методической литературы

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - СПб: «Планета музыки», 2010
2. Базарова Н.П. «Классический танец» - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - СПб: «Люкси» и «Респекс», 1996
4. Блок Л.Д. «Классический танец» - М.: «Искусство», 1987
5. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - СПб: «Лань», 2007
6. Васильева Т.И. «Балетная осанка» / Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. М., 1993
7. Волынский А. «Книга ликований. Азбука классического танца» - Л.: «АРТ», 1992
8. Головкина С.Н. «Уроки классического танца в старших классах» - М., Искусство, 1989
9. Громов Ю.И. «Основы подготовки специалистов-хореографов» / учебное пособие. СПб: Типография Наука, 2006
10. Звездочкин В.А. «Классический танец». СПб: «Планета музыки», 2011
11. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011
12. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» - Л.: Искусство, 1981
13. Костровицкая В.С., Писарев А. «Школа классического танца» - Л.: Искусство, 1986
14. Красовская В.М. История русского балета. - Л., 1978
15. Красовская В.М. Агриппина Яковлевна Ваганова. - Л.: "Искусство", 1989
16. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009
17. Яромлович Л. «Классический танец». Л.: «Музыка», 1986

Календарный учебный график

№ п/п	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	2	17:00-17:45	теория и практика	1	Знакомство с балетом.	малый спортзал	
2	октябрь	4	17:00-17:45	практическое занятие	1	Постановка корпуса. Рисунки танца	малый спортзал	
3	октябрь	6	17:00-17:45	теория и практика	1	Позиции рук и ног	актовый зал	
4	октябрь	9	17:00-17:45	практическое занятие	1	Упражнения для укрепления мышц спины.	малый спортзал	
5	октябрь	11	17:00-17:45	теория и практика	1	Развитие стопы, выворотности	малый спортзал	
6	октябрь	13	17:00-17:45	теория и практика	1	Releve лицом к опоре	актовый зал	
7	октябрь	16	17:00-17:45	теория и практика	1	Точки зала, ориентация в пространстве	малый спортзал	
8	октябрь	18	17:00-17:45	практическое занятие	1	Сценические шаги.	малый спортзал	
9	октябрь	20	17:00-17:45	практическое занятие	1	Изучение demiplie.	актовый зал	
10	октябрь	23	17:00-17:45	практическое занятие	1	Партерная гимнастика.	малый спортзал	
11	октябрь	25	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к открытому занятию	малый спортзал	
12	октябрь	27	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к открытому занятию	актовый зал	

13	октябрь	30	17:00-17:45	практическое занятие	1	Открытое занятие	малый спортзал	показательное занятие для родителей
14	ноябрь	1	17:00-17:45	теория и практика	1	Battement tenduлицомкстанку.	малый спортзал	
15	ноябрь	3	17:00-17:45	практическое занятие	1	Изучение танцевального шага шоссе.	актовый зал	
16	ноябрь	6	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовительные упражнения к rasdebourre (суиви) на полупальцах.	малый спортзал	
17	ноябрь	8	17:00-17:45	практическое занятие	1	Изучение 1 portdebras.	малый спортзал	
18	ноябрь	10	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание элементов к танцу.	актовый зал	
19	ноябрь	13	17:00-17:45	практическое занятие	1	Повороты на месте.	малый спортзал	
20	ноябрь	15	17:00-17:45	практическое занятие	1	Повороты подебуре (суеви) вокруг себя.	малый спортзал	
21	ноябрь	17	17:00-17:45	практическое занятие	1	Работа в парах.	актовый зал	
22	ноябрь	20	17:00-17:45	практическое занятие	1	Прыжки.	малый спортзал	
23	ноябрь	22	17:00-17:45	практическое занятие	1	Работа над пластикой рук (через образ)	малый спортзал	
24	ноябрь	24	17:00-17:45	практическое занятие	1	Развитие гибкости с помощью партерной гимнастики.	актовый зал	
25	ноябрь	27	17:00-17:45	практическое занятие	1	Упражнение «Бантик» на середине класса.	малый спортзал	
26	ноябрь	29	17:00-17:45	практическое занятие	1	Развитие устойчивости.	малый спортзал	
27	декабрь	1	17:00-17:45	практическое занятие	1	Развитие координации.	актовый зал	

28	декабрь	4	17:00-17:45	Практическое занятие	1	Развитие силы и растяжки ног с помощью партерной гимнастики.	малый спортзал	
29	декабрь	6	17:00-17:45	практическое занятие	1	Battement tendu	малый спортзал	
30	декабрь	8	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание танца.	актовый зал	
31	декабрь	11	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание танца.	малый спортзал	
32	декабрь	13	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание танца.	малый спортзал	
33	декабрь	15	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание танца.	актовый зал	
34	декабрь	18	17:00-17:45	практическое занятие	1	Отработка танца.	малый спортзал	
35	декабрь	20	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к отчетному занятию.	малый спортзал	
36	декабрь	22	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к отчетному занятию.	актовый зал	
37	декабрь	25	17:00-17:45	практическое занятие	1	Отчетное занятие.	малый спортзал	
38	декабрь	27	17:00-17:45	практическое занятие	1	Растяжка в парах.	малый спортзал	занятие для родителей
39	декабрь	29	17:00-17:45	практическое занятие	1	Новые партерные упражнения.	актовый зал	
40	январь	8	17:00-17:45	практическое занятие	1	Растяжка в парах «буква П»	малый спортзал	
41	январь	10	17:00-17:45	практическое занятие	1	Махи вперед, назад, в сторону.	малый спортзал	
42	январь	12	17:00-17:45	практическое занятие	1	Изучаем элементы танца «Полька»	актовый зал	
43	январь	15	17:00-17:45	практическое занятие	1	Работа в парах, голоп по кругу.	малый спортзал	

44	январь	17	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание элементы к танцу.	малый спортзал	
45	январь	19	17:00-17:45	практическое занятие	1	Растяжка на шпагат и веревочку	актовый зал	
46	январь	22	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание танца	малый спортзал	
47	январь	24	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание танца	малый спортзал	
48	январь	26	17:00-17:45	практическое занятие	1	Разучивание танца	актовый зал	
49	январь	29	17:00-17:45	практическое занятие	1	Battementtendu.	малый спортзал	
50	январь	31	17:00-17:45	практическое занятие	1	Изучение трамплинных прыжков.	малый спортзал	
51	февраль	2	17:00-17:45	практическое занятие	1	Изучаем прыжок «соте».	актовый зал	
52	февраль	5	17:00-17:45	практическое занятие	1	Соте на середине класса.	малый спортзал	
53	февраль	7	17:00-17:45	практическое занятие	1	Позы и позировки в классическом танце.	малый спортзал	
54	февраль	9	17:00-17:45	практическое занятие	1	Арабеск. Переходы в позу арабеск.	актовый зал	
55	февраль	12	17:00-17:45	практическое занятие	1	Полуповороты (держим точку).	малый спортзал	
56	февраль	14	17:00-17:45	практическое занятие	1	Вращения по диагонали.	малый спортзал	
57	февраль	16	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	актовый зал	
58	февраль	19	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
59	февраль	21	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	

60	февраль	26	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
61	февраль	28	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
62	март	1	17:00-17:45	практическое занятие	1	Концерт.	актовый зал	участие группы в концерте лицея
63	март	4	17:00-17:45	практическое занятие	1	Перегибы корпуса.	малый спортзал	
64	март	6	17:00-17:45	практическое занятие	1	Рисунок «корзиночка».	малый спортзал	
65	март	11	17:00-17:45	практическое занятие	1	Рисунки танца.	малый спортзал	
66	март	13	17:00-17:45	теория и практика	1	Изучаем battement tendu jete.	малый спортзал	
67	март	15	17:00-17:45	теория и практика	1	Изучаем cou de pied.	актовый зал	
68	март	18	17:00-17:45	практическое занятие	1	Прыжки на выносливость через скакалку.	малый спортзал	
69	март	20	17:00-17:45	практическое занятие	1	Упражнения для координации.	малый спортзал	
70	март	22	17:00-17:45	практическое занятие	1	Импровизация.	актовый зал	
71	март	25	17:00-17:45	практическое занятие	1	Работа над артистизмом.	малый спортзал	
72	март	27	17:00-17:45	практическое занятие	1	Игра «животные»	малый спортзал	
73	март	29	17:00-17:45	практическое занятие	1	Порт де бра у станка.	актовый зал	
74	апрель	1	17:00-17:45	теория и практика	1	Положение ноги на passé.	малый спортзал	
75	апрель	3	17:00-17:45	практическое занятие	1	Упражнение «цапля».	малый спортзал	

76	апрель	5	17:00-17:45	теория и практика	1	Demiplie, battementtendu.	актовый зал	
77	апрель	8	17:00-17:45	практическое занятие	1	Изучаем demi rond de jamde par terre.	малый спортзал	
78	апрель	10	17:00-17:45	практическое занятие	1	Пластика рук.	малый спортзал	
79	апрель	12	17:00-17:45	практическое занятие	1	Танцевальность.	актовый зал	
80	апрель	15	17:00-17:45	практическое занятие	1	Игра «образ».	малый спортзал	
81	апрель	17	17:00-17:45	практическое занятие	1	Отработка пройденного материала.	малый спортзал	
82	апрель	19	17:00-17:45	практическое занятие	1	Отработка пройденного материала.	актовый зал	
83	апрель	22	17:00-17:45	практическое занятие	1	Закрепление.	малый спортзал	
84	апрель	24	17:00-17:45	практическое занятие	1	Отработка танцев.	малый спортзал	
85	апрель	26	17:00-17:45	практическое занятие	1	Отработка танцев.	актовый зал	
86	май	3	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к отчетному занятию.	актовый зал	
87	май	6	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к отчетному занятию.	малый спортзал	
88	май	8	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к отчетному занятию.	малый спортзал	
89	май	13	17:00-17:45	практическое занятие	1	Подготовка к отчетному занятию.	малый спортзал	
90	май	15	17:00-17:45	практическое занятие	1	Отчетное занятие.	малый спортзал	отчет для родителей.