

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: 5-7 лет
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;
6. Примерной авторской программы для учащихся 1-7 классов Беляевой Веры Николаевны "Ритмика и танец".

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 учащихся, 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 учащихся.

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 5 - 7 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 у станка и середине класса;
2. Экзерсис на гимнастических ковриках;
3. Партерная гимнастика;
4. Раздел Allegro;
5. Раздел Adagio.

Основные принципы построения программы:

- развитие эстетического и художественного вкуса у детей;
- развитие образного мышления;
- развитие профессиональных данных: гибкость, выворотность, подъем 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 5-7 лет.

Образовательная область	Виды детской деятельности	Формы образовательной деятельности
Социально-коммуникативная	Игровая, коммуникативная, трудовая,	Игры для воображения, перевоплощение в животных в игре. Творческие задания в парах, для ориентации пространства,

	музыкальное восприятие, двигательная, творческая.	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: развить правильную осанку, координацию движений и эмоциональную выразительность, улучшить физические качества учащихся, гибкость, выворотность, танцевальный шаг, раскрыть творческий потенциал, пробудить у детей стремление к прекрасному.

Основные задачи:

- сохранение и укрепление здоровья;
- выявление и развитие физического, духовного и творческого потенциала учащихся;
- формирование навыков хореографической техники;
- исправление неправильной осанки;
- развитие и укрепление природных физических данных, развитие координации, а также постановки корпуса, ног, рук и головы воспитанников;
- воспитание в детях эстетического вкуса, любви к искусству, а именно к самому балету
- развитие чувства ритма, музыкальности у детей.

Учебно-тематический план

Тема	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие	1	1	2

Искусство танца	6	38	44
Музыкальная грамотность	5	18	23
Теоретическое познание	9	3	12
Творческая деятельность	1	8	9
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, здоровье сберегающие 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», 198

Календарный учебный график

№ п/п	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	2	18:00-18:45	практическое занятие	1	Постановка корпуса у станка.	малый спортзал	
2	октябрь	4	18:00-18:45	практическое занятие	1	Изучение танцевального шага шоссе.	малый спортзал	
3	октябрь	6	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовительные упражнения к pasdebourre.	актовый зал	
4	октябрь	9	18:00-18:45	практическое занятие	1	Повороты на месте.	малый спортзал	
5	октябрь	11	18:00-18:45	практическое занятие	1	I portdebras на середине класса.	малый спортзал	
6	октябрь	13	18:00-18:45	практическое занятие	1	Разучивание танца	актовый зал	
7	октябрь	16	18:00-18:45	практическое занятие	1	Разучивание танца	малый спортзал	
8	октябрь	18	18:00-18:45	практическое занятие	1	Разучивание танца	малый спортзал	
9	октябрь	20	18:00-18:45	практическое занятие	1	Работа в парах..	актовый зал	
10	октябрь	23	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к показательному занятию.	малый спортзал	
11	октябрь	25	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к показательному занятию.	малый спортзал	
12	октябрь	27	18:00-18:45	практическое	1	Подготовка к показательному	актовый	

				занятие		занятию.	зал	
13	октябрь	30	18:00-18:45	открытое занятие	1	Показ пройденного материала.	малый спортзал	занятие для родителей
14	ноябрь	1	18:00-18:45	практическое занятие	1	Работа над пластикой рук. Изучение grandplie.	малый спортзал	
15	ноябрь	3	18:00-18:45	практическое занятие	1	Battementtendu лицом к опоре.	актовый зал	
16	ноябрь	6	18:00-18:45	практическое занятие	1	Battementtendu в партере.	малый спортзал	
17	ноябрь	8	18:00-18:45	практическое занятие	1	Развитие гибкости.	малый спортзал	
18	ноябрь	10	18:00-18:45	практическое занятие	1	Развитие силы и растяжки ног.	актовый зал	
19	ноябрь	13	18:00-18:45	практическое занятие	1	Упражнение «Бантик».	малый спортзал	
20	ноябрь	15	18:00-18:45	практическое занятие	1	Прыжок «соте»	малый спортзал	
21	ноябрь	17	18:00-18:45	практическое занятие	1	«Соте» на середине класса.	актовый зал	
22	ноябрь	20	18:00-18:45	практическое занятие	1	Изучаем battement tendu jete.	малый спортзал	
23	ноябрь	22	18:00-18:45	практическое занятие	1	Позы и позировки в классическом танце.	малый спортзал	
24	ноябрь	24	18:00-18:45	практическое занятие	1	Арабеск. Переходы в позу арабеск.	актовый зал	
25	ноябрь	27	18:00-18:45	практическое занятие	1	III порт де бра у станка.	малый спортзал	
26	ноябрь	29	18:00-18:45	практическое занятие	1	Рисунок «корзиночка» в танце.	малый спортзал	
27	декабрь	1	18:00-18:45	практическое занятие	1	Прыжки на выносливость.	актовый зал	
28	декабрь	4	18:00-18:45	практическое	1	Партерные упражнения на развитие	малый	

				занятие		силы мышц и гибкости.	спортзал	
29	декабрь	6	18:00-18:45	практическое занятие	1	Растяжка в парах, упражнение буква «П»	малый спортзал	
30	декабрь	8	18:00-18:45	практическое занятие	1	Прыжки через скакалку.	актовый зал	
31	декабрь	11	18:00-18:45	практическое занятие	1	Полуповороты.	малый спортзал	
32	декабрь	13	18:00-18:45	практическое занятие	1	Полуповороты, полунаклоны головы.	малый спортзал	
33	декабрь	15	18:00-18:45	практическое занятие	1	Отработка танца.	актовый зал	
34	декабрь	18	18:00-18:45	практическое занятие	1	Растяжка на шпагат и веревочку.	малый спортзал	
35	декабрь	20	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к открытому занятию.	малый спортзал	
36	декабрь	22	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к открытому занятию.	актовый зал	
37	декабрь	25	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к открытому занятию.	малый спортзал	
38	декабрь	27	18:00-18:45	открытое занятие	1	Открытый урок.	малый спортзал	отчетное занятие для родителей
39	декабрь	29	18:00-18:45	практическое занятие	1	Повторение пройденного материала.	актовый зал	
40	январь	8	18:00-18:45	практическое занятие	1	Изучаем новые элементы.	малый спортзал	
41	январь	10	18:00-18:45	практическое занятие	1	Разучивание элементы к танцу.	малый спортзал	
42	январь	12	18:00-18:45	практическое занятие	1	Отработка элементов.	актовый зал	
43	январь	15	18:00-18:45	практическое занятие	1	Разучивание танца.	малый спортзал	
44	январь	17	18:00-18:45	практическое	1	Разучивание танца.	малый	

				занятие			спортзал	
45	январь	19	18:00-18:45	практическое занятие	1	Разучивание танца.	актовый зал	
46	январь	22	18:00-18:45	практическое занятие	1	Растяжка у станка.	малый спортзал	
47	январь	24	18:00-18:45	теория и практика	1	Перегибы корпуса у станка.	малый спортзал	
48	январь	26	18:00-18:45	практическое занятие	1	Demi plie, battement tendu.	актовый зал	
49	январь	29	18:00-18:45	теория и практика	1	Изучаем demi rond de jamde par terre.	малый спортзал	
50	январь	31	18:00-18:45	практическое занятие	1	Grandplie на середине зала.	малый спортзал	
51	февраль	2	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	актовый зал	
52	февраль	5	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
53	февраль	7	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
54	февраль	9	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	актовый зал	
55	февраль	12	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
56	февраль	14	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
57	февраль	16	18:00-18:45	практическое занятие	1	Концерт.	актовый зал	участие группы в концерте лица
58	февраль	19	18:00-18:45	практическое занятие	1	Упражнения для координации.	малый спортзал	
59	февраль	21	18:00-18:45	теория и практика	1	Развитие устойчивости.	малый спортзал	
60	февраль	26	18:00-18:45	практическое	1	Подготовка к концерту.	малый	

				занятие			спортзал	
61	февраль	28	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
62	март	1	18:00-18:45	практическое занятие	1	Концерт.	актовый зал	участие группы в концерте лица
63	март	4	18:00-18:45	практическое занятие	1	Полуповороты у станка.	малый спортзал	
64	март	6	18:00-18:45	практическое занятие	1	Повороты у станка.	малый спортзал	
65	март	11	18:00-18:45	теория и практика	1	Temps lie	малый спортзал	
66	март	13	18:00-18:45	практическое занятие	1	Tempslie с постановкой головы.	малый спортзал	
67	март	15	18:00-18:45	теория и практика	1	Surlecoudepied (условное и сзади).	актовый зал	
68	март	18	18:00-18:45	практическое занятие	1	Sur le cou de pied обхватное.	малый спортзал	
69	март	20	18:00-18:45	практическое занятие	1	Pasdebourre, plie.	малый спортзал	
70	март	22	18:00-18:45	практическое занятие	1	Passey станка.	актовый зал	
71	март	25	18:00-18:45	теория и практика	1	Pas balance у станка.	малый спортзал	
72	март	27	18:00-18:45	практическое занятие	1	Pasbalance на середине класса.	малый спортзал	
73	март	29	18:00-18:45	практическое занятие	1	Танцевальная комбинация с pasbalance.	актовый зал	
74	апрель	1	18:00-18:45	теория и практика	1	Изучение battement developpe.	малый спортзал	
75	апрель	3	18:00-18:45	теория и практика	1	Изучение battement developpe назад.	малый спортзал	
76	апрель	5	18:00-18:45	теория и практика	1	Изучение battement developpe вперед.	актовый	

							зал	
77	апрель	8	18:00-18:45	теория и практика	1	Soutenuentounant.	малый спортзал	
78	апрель	10	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к tour.	малый спортзал	
79	апрель	12	18:00-18:45	практическое занятие	1	Plie passé у станка.	актовый зал	
80	апрель	15	18:00-18:45	практическое занятие	1	Вращения по диагонали.	малый спортзал	
81	апрель	17	18:00-18:45	практическое занятие	1	Наработка вращений.	малый спортзал	
82	апрель	19	18:00-18:45	практическое занятие	1	Tour на середине зала.	актовый зал	
83	апрель	22	18:00-18:45	практическое занятие	1	Прыжок «Pas de chat»	малый спортзал	
84	апрель	24	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту.	малый спортзал	
85	апрель	26	18:00-18:45	практическое занятие	1	Концерт.	актовый зал	
86	май	3	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к концерту 9 мая.	актовый зал	
87	май	6	18:00-18:45	практическое занятие	1	Концерт посвященный 9 мая.	малый спортзал	
88	май	8	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к открытому занятию.	малый спортзал	
89	май	13	18:00-18:45	практическое занятие	1	Подготовка к открытому занятию.	малый спортзал	
90	май	15	18:00-18:45	практическое занятие	1	Открытое занятие, подведение итогов	малый спортзал	открытое занятие для родителей.