

Департамент образования администрации г. Перми  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Дворец детского (юношеского) творчества» г. Перми»

Принята на заседании  
методического совета  
Протокол № 1  
«30» августа 2021 г.



Утверждаю  
Директор МАУ ДО «ДД(Ю)Т»

Н.М.Рослякова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности**

**«ДЕТСКИЙ БАЛЕТ Л.СТАРКОВОЙ+»**

Срок реализации: 1 год

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Автор-составитель:  
**Старкова Л.А.**  
педагог дополнительного образования

## **I. Введение**

Являясь одним из самых древних видов искусства, танец всегда неразрывно связан с жизнью. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей. Танцы первобытных людей сменили сценические танцы древних греков и римлян, затем «хороводы», «бранли», появились первые балеты.

Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. XX век принёс с собой новую, более сложную технику и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. «В танце есть элемент и легенды и жизни. Танец есть мост, перекинутый из нашей обыденной жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нём должна раскрываться та таинственная связь, которая сковывает творчество жизни со свободным творчеством...».

Танец - искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

## **II. Пояснительная записка**

На современном этапе развития российское общество осознаёт необходимость нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли художественного образования детей, что влечёт за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Становятся актуальными программы, способствующие воспитанию личности, умеющей действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающей самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющей выразить свой замысел в творческой деятельности.

Дополнительная общеразвивающая программа подготовительной группы «Детский балет+» разработана для детей дошкольного возраста как подготовительный этап образцового детского коллектива «Детский балет Ларисы Старковой». Данная программа направлена на:

- развитие мотивации детей к творчеству;
- содействие их социальной адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение к ценностям мировой культуры и искусства;
- сохранение и охрану здоровья детей.

Игровая технология в программе активно используется как метод обучения, развития и воспитания. Роль игр в процессе обучения видоизменяется в зависимости от возраста, творческих способностей детей и их хореографической подготовки.

Особенностью обучения является включение в программу музыкального материала, занятий ритмикой. Музыка для детей становится возможностью выразить себя, развить слух и чувство ритма, формировать музыкальное восприятие и представления о выразительных средствах музыки.

## **2.1. Педагогические принципы и идеи**

- гуманизация образования;
- личностно-ориентированный подход;
- соответствие содержания программы возрастным особенностям детей.

## **2.2. Цели и задачи программы**

**Цель программы** – создание условий для развития творческой личности через занятия хореографией.

### **Задачи:**

#### В области хореографии:

- знакомство с основами хореографического искусства;

#### В области воспитания:

- содействие гармоничному развитию творческой личности;
- развитие чувства гармонии, чувства ритма;

#### В области физической подготовки:

- развитие гибкости, координации движений;
- развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
- укрепление физического и психологического здоровья.

## **2.3. Условия реализации программы**

В подготовительную группу приходят дети с 4-х лет. Занятия проходят 2 раза в неделю по 1 часу. Общий годовой фонд – 72 часа.

## **III. Содержание программы**

### **3.1. Вводные занятия**

Педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

### **3.2. Партерная гимнастика**

Хореография это, прежде всего язык тела. Чтобы этот «язык» был послушным, пластичным и развитым необходимо научиться, правильно им управлять, научиться его чувствовать. Этому на первых этапах обучения хореографии служат занятия партерной гимнастикой. Кроме того, гимнастика позволяет развить имеющиеся у ребенка природные данные, исправить недостатки фигуры («кифоз», «лордоз» и др.), подготовить тело ребенка к освоению упражнений классического экзерсиса, научиться управлять сокращением и расслаблением мышц.

### **3.3. Игровые технологии**

- Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош». «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Музыкальный теремок». «Игры на развитие актёрского мастерства».

### **3.4. «Фантазируем, танцуем» с элементами импровизации**

Занятия «Фантазируем, танцуем» способствуют непринуждённому получению навыков, снимают перенапряжение и утомляемость за счёт переключения на разнообразные виды деятельности. Вид деятельности ребёнок может выбирать самостоятельно, педагог только предлагает. На занятиях учащиеся прослушивают мелодии, и возникшие ощущения выражают или через танцевальные движения, или через рисунок, или через художественное слово. Импровизация – один из главных элементов данного занятия.

### **3.5. Ритмика**

Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма. При этом в первую очередь, следует обратить внимание на те навыки, развитие которых не могут в полной степени обеспечить другие дисциплины учебного плана. К ним относятся: умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и, особенно, умение согласовывать музыку с движением.

На занятиях «Ритмика» учащиеся слушают классические мелодии, современную музыку, исторические мелодии, музыку для души, анализируют, разбирают музыкальные произведения.

### **3.6. Репетиционная работа**

Данный раздел включает общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеоматериалов. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам». Не менее важно, чтобы заложенные в танец мысли, воссозданные реальные события или сказка волновали детей, были очень близки к их душевному миру. Ведь дети чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

### **3.7. Азбука классического танца**

Изучение позиции рук и ног. Pile , Port de bra , Releve ,Battemen ,Grand plie ,Rond de jambe, основные движения " Allegro ", расширение знаний в области классических терминов «па», изучение и исполнение классического экзерсиса. Выполняя движение классического экзерсиса, дети приобретают aplomb , выразительность и четкость в движениях, что важно для любого танцовщика. Оздоровительный момент экзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

### 3.8. Итоговые занятия

В роли итоговых занятий выступают конкурсно-игровые программы, занятие-концерт, викторина «Путешествие в мир танца», игровые программы.

### IV. Сводный учебный план

№ п/п	Разделы	1 год	2 год	3 год
1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	1	1	1
2.	Партерная гимнастика.	30	30	30
3.	Игровые технологии.	10	7	6
4.	«Фантазируем, танцуем», импровизация	-	-	4
5.	Ритмика.	10	8	-
6.	Азбука классического танца.	-	8	12
7.	Репетиционная работа.	19	15	15
8.	Итоговые занятия.	2	3	4
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

### Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий	Всего	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика:</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
2.1.	Упражнения для стоп.	6	1	5
2.2.	Упражнения для развития выворотности.	6	1	5
2.3.	Упражнения для развития гибкости.	5	1	4
2.4.	Упражнения для развития силы мышц.	4	1	3
2.5.	Упражнения на растягивание мышц.	5	1	4
2.6.	Упражнения для развития прыжка.	4	1	3
<b>3.</b>	<b>Игровые технологии.</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>
3.1.	«Смешной хомячок. Подражаем животным» - актерское мастерство.	4	-	4
3.2.	«1,2,3 - фигура... замри» - на воображение.	2	-	2
3.3.	«Подари улыбку. Какая рука у соседа?» - повышение позитивного настроения.	2	-	2
<b>4.</b>	<b>«Фэнтези-данс».</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
<b>5.</b>	<b>Ритмика.</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>
5.1.	«Хлопаем в ладоши» (развитие чувства ритма).	5	-	5
5.2.	«Топай – хлопай».	3	-	3
5.3.	Музыкальный размер.	2	2	
<b>6.</b>	<b>Репетиционная работа.</b>	<b>19</b>	<b>-</b>	<b>19</b>
6.1.	Знакомство с образом танца. Слушаем музыку.	1	1	-
6.2.	Постановка, изучение танца.	9	-	9
6.3.	Отработка движений танца.	9	-	9
<b>7.</b>	<b>Азбука классического танца.</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

<b>8.</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>64</b>

### Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий	Всего	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика:</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>
2.1.	Упражнения для стоп	5	1	4
2.2.	Упражнения для развития выворотности	6	1	5
2.3.	Упражнения для развития гибкости	6	1	5
2.4.	Упражнения для развития силы мышц	4	1	3
2.5.	Упражнения на растягивание мышц	5	1	4
2.6.	Упражнения для развития прыжка, скакалка	4	1	3
<b>3.</b>	<b>Игровые технологии.</b>	<b>7</b>	<b>-</b>	<b>7</b>
3.1.	Ласточка. Аист (на координацию движений).	2	-	2
3.2.	Портрет. Музыкальный теремок.	3	-	3
3.3.	«Пропоем, прохлопаем любимую мелодию» (развитие слуха).	2	-	2
<b>4.</b>	<b>«Фантазируем, танцуем», импровизация</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
<b>5.</b>	<b>Ритмика.</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
5.1.	Понятие "легато" и "стаккато".	1	1	-
5.2.	Ритм. Акцент.	3	2	1
5.3.	Темп. Характер.	2	1	2
<b>6.</b>	<b>Репетиционная работа</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>12</b>
6.1.	Постановка, изучение танца.	5	3	2
6.2.	Отработка движений танца.	10	-	10
<b>7.</b>	<b>Азбука классического танца:</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
7.1.	Постановка корпуса по прямой позиции.	3	1	2
7.2.	I позиция ног, положение рук.	3	1	2
7.3.	Releve по прямой позиции ног.	2	1	1
<b>8.</b>	<b>Итоговые занятия:</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
8.1.	Класс-концерт	2	-	2
8.2.	Концертная деятельность.	1	-	1
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>14</b>	<b>58</b>

### Учебный план 3-го года обучения

№ п/п	Наименование раздела и тема занятий	Всего	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика:</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>
2.1.	Упражнения для стоп в паре.	6	1	5
2.2.	Упражнения для развития выворотности в паре.	6	1	5
2.3.	Упражнения для развития гибкости в паре.	5	1	4

2.4.	Упражнения для развития силы мышц.	4	1	3
2.5.	Упражнения на растягивание мышц.	5	1	4
2.6.	Упражнения для развития прыжка, скакалка.	4	1	3
<b>3.</b>	<b>Игровые технологии.</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>6</b>
3.1.	Память движений.	2	-	2
3.2.	«Я в музыке услышу кто ты, что ты?» (развитие чувства ритма).	2	-	2
3.3.	Пожелание в кругу. Compliments (сплочение коллектива).	2	-	2
<b>4.</b>	<b>"Фантазируем, танцуем" импровизация:</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
4.1.	Кот Леопольд и лапки-царапки.	2	-	2
4.2.	Лесное царство.	2	-	2
<b>5.</b>	<b>Ритмика.</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
<b>6.</b>	<b>Репетиционная работа:</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
6.1.	Постановка и изучение танца.	6	3	3
6.2.	Отработка движений танца.	9	-	9
<b>7.</b>	<b>Азбука классического танца.</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
7.1.	Постановка корпуса по I позиции ног.	3	1	2
7.2.	Позиции рук.	3	1	2
7.3.	Demi pli по I позиции ног.	3	1	2
7.4.	Battement tendu по I позиции с сторону.	3	1	2
<b>8.</b>	<b>Итоговые занятия:</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
8.1.	Класс-концерт.	2	-	2
8.2.	Концертная деятельность.	2	-	2
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>14</b>	<b>58</b>

## VI. Ожидаемые результаты

В результате освоения программы 1 года обучения учащиеся

**Должны знать:**

- в общих чертах строение тела;
- понятие «выворотность», «балетная стопа».

**Должны уметь:**

- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения.

В конце 2-го года обучения учащиеся:

**Должны знать:**

- позиции рук и ног;
- значение слов «легато», «стокато», ритм, темп.

**Должны уметь:**

- грамотно исполнять движения хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

В конце 3-го года обучения учащиеся:

**Должны знать:**

- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

**Должны уметь:**

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

### **VII. Материально-техническое обеспечение занятий**

Занятия проводятся в свободном для перемещения танцевальном зале. В распоряжении танцевального объединения: костюмы, головные уборы, аудио и видеоаппаратура.

### **VIII. Список литературы**

1. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2004.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
3. Выютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. -Просвещение, 1991.
4. Ильенко Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы. - М., 2001.
5. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988.
6. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
7. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.
8. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
9. Хаустов В.В. Методическое пособие для начальной стадии преподавания акробатического рок-н-ролла. - Ростов-на-Дону, 1999. Дополнительная литература:
10. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
11. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
12. Игры в школе. - М.: АСТ, 2000.
13. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982.
14. Новиков С.Ю. Любимые праздники. - М.: АСТ - ПРЕСС СКД, 2003.
15. Программы для социально-психологического сопровождения детей с отклоняющимся поведением. - Ростов-на-Дону, 2002.
16. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
17. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.