

LÆREPLAN FOR BALLETT



Stavanger kulturskole, versjon august 2026

VELKOMMEN TIL STAVANGER KULTURSKOLE!

Her er en kulturskole for alle. Vi skal se deg og dine interesser. Her er nye venner, uttrykk og fellesskap. Her er undervisning i musikk, dans, teater og visuelle kunsthøgskole, for alle aldre. Her er utfordringer som virker umulige, som vi skal mestre sammen. Her er identitet, mangfold, menneskeverd og respekt. Her er ting du ikke visste om deg selv. Her er kunnskap, kvalitet og ferdigheter. Her er store opplevelser og små gledesøyeblikk. Her er din stemme viktig, uansett hvem du er. Her er resten av livet ditt, eller noe du bare gjør en stund. Her er stort engasjement og erfaringer som vil bety noe for deg. Her er en flere tusen år gammel kulturarv, som er mer relevant i samfunnet vårt enn noen gang.

Du har rett til kunst og kultur, derfor skal kulturskolen være en del av livet ditt der du er! Blir du med?

OM FAGET



Ballett er en dansestil som stammer fra 1500-tallet i Italia og Frankrike på hoffene som en mer eksklusiv dansestil. Balletten har utbredt seg til å være tilgjengelig for mange flere, og har inspirert utviklingen av flere dansestiler og kunstformer gjennom tidene. Balletten skaper samhold med sitt felles språk som er universelt over hele verden. I begynnelsen tok balletten i bruk klassisk orkestermusikk til forestillinger, men under trening brukes klassisk pianomusikk for å gi klarhet og forståelse for musikalitet. Fra 1900-tallet har balletten utviklet seg til å omfatte et langt bredere musikalsk og koreografisk uttrykk enn tidligere.

LAGET RUNDT ELEVEN

Foresattens engasjement og støtte har stor betydning for barnets utvikling. Derfor vil vi ha et tett og godt samarbeid med deg! Vis interesse, kom på konserter og forestillinger og pass på utstyr og læringsmaterieil.

Balletten har en tydelig estetikk i undervisning og på scenen, derfor har vi tydelige antrekksskrammer som stammer fra ballettens tradisjoner. Se [HER](#) for

spesifikke antreksbeskrivelser. Sørg for at barnet ditt kommer presist og forberedt til undervisningen ved kulturskolen. Vær positiv og støttende! Spør hva barnet har gjort i undervisningen.

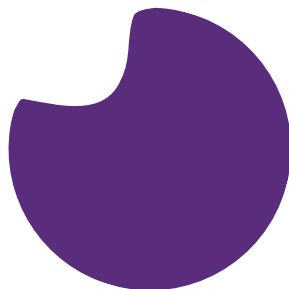


Vi ønsker at dere som foresatte gjør dere kjent med nettsiden vår. Dette er vår hovedplattform for oppdatert informasjon om undervisningen og forestillinger.

Det er sentralt at elevene får oppleve danseglede, mestring og trygghet uavhengig av dansestil. Undervisningen legger til rette for at alle elever skal føle seg inkludert og tørre å uttrykke seg gjennom bevegelse, uavhengig av sjanger. Gjennom øving på å opptre i trygge rammer får de gradvis mer selvillit og scenisk erfaring. Det er mål om at elevene skal få opptre på blant annet «dansefest» hvert år.

FASE 1

- Introdusere ballett som sjanger og dens terminologi.
- Introdusere kroppsbevissthet og kroppslig holdning.
- Introduseres for innover- og utover rotasjon, og bøy og strekk av leddene.
- Introduseres til grunnleggende elementer i ballett som bygger opp styrke, koordinasjon og bevegelse.
- Forflytningstrinn (galopp og skip).
- Grovmotoriske og noen finmotoriske ferdigheter.
- Bruk av rom (sirkel, linjer, diagonal).
- Introduseres for musikalitet gjennom å bli kjent med ulike rytmer og tempo.
- Introdusere bruk av retninger, rom og nivå.
- Vi jobber med å danse sammen som gruppe gjennom kreative oppgaver og leker som skal vekke elevenes fantasi og uttrykk.



- Elevene jobber med å lære og øve på enkle sammensatte bevegelsesfraser sammen som gruppe, på rekke, i ring og rundt omkring i rommet som vises frem på scenen.

FASE 2

- Utvikle styrke, mobilitet og fleksibilitet.
- Bevisstgjøring og kontroll over innover og utover rotasjon, og bøy og strekk av leddene.
- Introduksjon av barre-arbeid.
- Grunnleggende bevegelseskombinasjoner for å utfordre koordinasjon, bruk av retninger og musikalitet, samt bevisstgjøring av proprioepsjon.
- Bevisstgjøring av plassering, forlengelse, linjeføring og bruk av pusten.
- Introduseres for nye trinn, bevegelseskvaliteter og terminologi.
- Elevene får mer ansvar i gruppen og elevene øver på enkle danser sammen to og to, eller i mindre grupper.
- Elevene introduseres til danseriske verktøy som skal hjelpe til å uttrykke ulike følelser gjennom dansen.

FASE 3

- Utvikle full struktur av ballett timen (barre, senter og hopp).
- Dypere forståelse for ballett terminologien og teknikk.
- Utvikle dypere forståelse for bruk av plassering, forlengelse, linjeføring og bruk av pusten.
- Introduseres danser og trinn basert på karakterdans og historiske danser.
- Trening rettet mot tåspiss arbeid, og introduseres til arbeidet på tåspiss.
- Eleven er mer bevisst på hvilket uttrykk man

formidler gjennom dansen, samt er de ulike uttrykkene blir mer komplekse og varierte.

- Gruppen bruker mer avanserte formasjoner og mer bruk av flere retninger, samt overganger mellom disse.
- Elevene lærer om de ulike rollene i en koreografi som arbeid i stor gruppe (corps de ballett), mindre grupper (pas de deux, pas de trois, pas de quatre, etc...) og solistrollen.

FASE 4

- Arbeide med komplekse bevegelser kombinasjoner med fokus på dynamikk, overganger og kontrollen i bevegelsene.
- Utfordre musikalitet og koordinasjon.
- Arbeide på tåpiss.
- Arbeide mer repertoarer fra klassiske balletter, i hovedsak soloer.
- Det er forventet av eleven utfører nyanser i uttrykket og kan formidle ulike historier gjennom dansen



STAVANGER KULTURSKOLE

3900 elevplasser i alle aldre

Over 80 fag

Ca 35 undervisningssteder

Over 250 arrangementer pr år

Finn ditt kulturskoletilbud på
stavangerkulturskole.no



**Stavanger
kommune**