

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ КОМИТЕТА ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ И
КУЛЬТУРЕ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ИРКУТСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ИРКУТСКА
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА №3»

Рекомендована педагогическим советом
МБУДО г. Иркутска ДДТ №3
протокол № 1 от 29.08.2022

Утверждена приказом директора
МБУДО г. Иркутска ДДТ №3
№ 01-11-114/13 от 01.09.2022

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Настольный теннис. Первые шаги»

направленность: художественная

Уровень: базовый

Адресат программы: дети в возрасте 7-17 лет

Срок реализации: 3 года

Разработчик программы: Юлия Васильевна Блужина

г. Иркутск 2022 г.

Пояснительная записка

При разработке программы за основу была принята авторская радикальная программа «Путь к цирковому манежу», авторы Ю.В. Блужина и Л.Н. Индюкова.

Направленность программы: художественная.

Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы.

В последнее время Правительство РФ и лично Президент уделяют особое внимание укреплению здоровья подрастающего поколения через занятия физической культурой и спортом. В школьной программе заложено недостаточное количество часов для реализации этих идей. Поэтому необходимо увеличение этого времени через дополнительное образование.

В общей системе воспитания физическое воспитание ребенка занимает особое место. Именно в детстве закладываются основы крепкого здоровья, правильного физического развития, высокой работоспособности, происходит становление физической активности, а также воспитание физических качеств. Физическое воспитание ребенка тесно связано с его интеллектуальным и морально - волевым развитием.

Занятия в цирковом коллективе отличаются большим многообразием форм, которые требуют от детей проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию организационных навыков, активности, находчивости. Осуществляемое в тесной связи с нравственным и эстетическим воспитанием, физическое воспитание способствует развитию ребенка.

В рамках решения приоритетных задач, определенных Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018г.№204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024г.» для обеспечения качества и доступности образования, в программу включается технология дистанционного обучения, реализуемая с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии обучающихся и преподавателей, с целью оказания методической помощи обучающимся.

Все это, вместе взятое, готовит к жизни, разнообразной полезной практической деятельности независимо от того, чем в дальнейшем будет заниматься ребенок. Занятия в цирковой студии научат его ценностно относиться к физической культуре, безопасному образу жизни и творческому труду.

Отличительные особенности программы:

Программа «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам» предоставит возможность каждому обучающемуся ознакомиться с различными цирковыми жанрами и проявить себя, создав цирковой номер, в наиболее подходящем для него цирковом жанре: партерная акробатика; прыжковая акробатика; парная и групповая акробатика; каучук (пластика); акробатика на тростях; воздушная гимнастика; игра с хула-хупами и тростями; игра со скакалками; эквилибристика; жонглирование; общефизическая подготовка. Предлагаемый образовательный материал в данной программе разносторонен и предполагает занятия в смешанных группах от 12 человек. Формирование групп происходит на начальном этапе при помощи входящей диагностики по результатам, которой формируются группы по годам занятий с учетом индивидуальных физических особенностей обучающегося. Совмещение в одной группе обучающихся с разным уровнем подготовки даёт возможность детям делиться опытом, служит сотрудничеству и взаимообучению, помогает поддерживать интерес и мотивировать детей на самостоятельность и ответственность. На протяжении всего обучения по программе предусматривается несколько видов диагностики. Выдача сертификата об окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».

Стоит отметить, что включение дистанционной технологии в образовательную программу, позволит улучшить образовательный контакт и расширить образовательные ресурсы, а также обеспечит дополнительной системой поддержки образовательного процесса. Обучение с веб-поддержкой позволит использовать электронную среду, не сокращая часов в очной форме.

Адресат программы: Программа рассчитана на детей от 7-17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний по состоянию здоровья и успешно прошедших входящую диагностику. Группы формируются на начальном этапе при помощи входящей диагностики с учетом индивидуальных физических особенностей обучающегося или если обучающийся ранее приобрёл начальные знания и умения в цирковом искусстве или спорте - в количестве от 12 человек.

Срок освоения программы: 3 года

Форма обучения: очная в смешанных разновозрастных группах от 6-12 человек.

Форма проведения занятий: аудиторные и внеаудиторные.

Форма организации занятий: групповые и индивидуальные.

Режим занятий:

1 год обучения: Групповые занятия проводятся два раза в неделю по 3 академических часа, перерыв между занятиями 10 минут. Всего 216 часов за год.

2 год обучения: Групповые занятия проводятся два раза по 3 академических часа, перерыв между занятиями 10 минут. Всего 216 часов за год.

3 год обучения: Групповые занятия проводятся два раза по 3 академических часа, перерыв между занятиями 10 минут. Всего 216 часов за год.

Цель и задачи программы:

Цель - раскрытие потенциала ребёнка в области физического и эстетического воспитания, средствами циркового искусства. С использованием элементов технологии дистанционного обучения.

Цель программы определяет следующие её задачи:

Обучающие:

1. Сформировать у обучающихся понятие о цирковом искусстве.
2. Сформировать у обучающихся систему знаний, умений и навыков базовых элементов циркового искусства.
3. Сформировать у обучающихся знания, умения и навыки по технике безопасности на занятиях и концертных выступлениях.
4. Научить детей владеть своим телом, оценивать своё физическое состояние и регулировать его в процессе тренировочной деятельности.
5. Сформировать навыки сценического мастерства (через освоение элементов актёрского мастерства, музыкальной подготовки и хореографии).
6. Научить обучающихся самостоятельно использовать электронный ресурс для обучения.

Развивающие:

1. Развивать у обучающихся физические качества: координацию движений, силу, быстроту, выносливость, ловкость (на основе обучения разнообразным комплексам акробатических, гимнастических и других физических упражнений).
2. Развивать у обучающихся внимательность и наблюдательность через освоение циркового искусства.
3. Развивать у обучающихся коммуникативные способности.
4. Развить эмоциональность через понимание эмоций и их выражения.
5. Развить навык самоорганизации и самоконтроля.

Воспитательные:

1. Сформировать у обучающегося «Я- концепция».
2. Сформировать положительные отношения к ценностям различных видов искусств.
3. Приобщить обучающегося к здоровому образу жизни.
4. Воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности.

5. Привить навык экологического использования электронных технологий.

Объем и содержание программы:

Объем программы общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы
648 часов:

1 год обучения: 216 часов

2 год обучения: 216 часов

3 год обучения: 216 часов

Содержание программы.

1 год занятий.

1. Вводное занятие. Теория: Знакомство с образовательной программой, расписанием, формированием группы. Просмотр виде ролика о студии ДОТ.

2. Общая физическая подготовка. Теория: Научить детей владеть своим телом, оценивать своё физическое состояние и регулировать его в процессе тренировочной деятельности и соблюдение техники безопасности. Практика: Упражнения для развития физических качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости. Комплексы ритмической гимнастики для развития координации, гибкости, пластики движений. Физические упражнения и подвижные игры для развития пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции. Ходьба, бег, упражнения на ходу и на месте. Махи или круговые движения рук. Наклоны туловища в стороны или повороты. Приседания или выпады. Махи ногами. Наклоны вперед и назад.

3. Акробатика- Теория: Сформировать знания о терминологии акробатических элементов. Практика: кувырки, переворот боком, элементы парной акробатики.

4. Пластика. Теория: правила растяжки мышц и развития гибкости. Практика: Растяжка мышечной системы тела; приобретение эластичности мышц рук, ног, спины, плеч; развитие эластичности подъемов стоп; складки; мосты; шпагаты: правый, левый, поперечный, коробочка, грудная стойка, боковые равновесия.

5. Эквилибристика- Теория: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков и техники безопасности. Практика: эквилибр на одной катушке, ручные ходули, шар.

6. Жонглирование – Теория: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков и техники безопасности. Практика: точность глазомера, быстрота движений, ловкость, темп; работа с одним предметом (кольцом, мячиком); комбинации правой и левой рукой. жонглирование двумя предметами (левой и правой рукой).

7. Воздушная гимнастика – Теория: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков и техники безопасности. Практика: висы на руках и на ногах без петли и с петлей (ремни, кольцо, полотно, корд – де - парель).

8. Клоунада- Теория: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков и техники безопасности. Практика: Знакомство с эмоциями и техникой их выражения, основы работы с гримом.

9. Скакалка- Теория: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков и техники безопасности. Практика: Освоение технологии работы со скакалкой; заход и выход при работе с большой скакалкой, индивидуальные элементы в скакалке.

10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо- Теория: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков и техники безопасности. Практика:

Освоение техники работы с реквизитом (базовые элементы).

11. Хореография. Теория: Знакомство с понятием и с особенностями технологии выполнения элементов и техники безопасности. Знакомство со структурой класса и танца. Практика: Практика: Положение и движение ног, рук, корпуса головы, колена, ступни на полу. Притопы, переходы, шаги, приставки, прыжки, повороты. Сочетания движений.

12. Актёрское мастерство. Теория: Знакомство с теорией актёрского мастерства. Практика: Развиваем мимику лица через освоение лицевых этюдов и тематических упражнений.

13. Музыкальная подготовка. Теория: Музыкально-ритмическое воспитание – слуховое восприятие музыкального произведения, смысловая и эмоциональная окраска музыки через движение; темп, динамика, характер движения; ритмический рисунок; музыкальная грамота – представление о музыке как о виде искусства; развитие чувства ритма, слуха, музыкальной памяти и музыкального вкуса. Практика: Прослушивание музыкальных произведений, разбор темпа ритма и частей произведения.

14. Основы техники безопасности. Теория: Сформировать у обучающихся знания, умения и навыки по технике безопасности на занятиях и концертных выступлениях. Практика: выполнение инструкций безопасности.

15. Беседы об истории цирка. Теория: Знакомство с понятием цирковое искусство и основной терминологией по жанрам. Практика: Дидактическая игра «цирковой номер».

16. Диагностика: В течении учебного года будет проводиться диагностика по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и личностная (входящая – сентябрь; промежуточная – декабрь; итоговый контроль – май.) Открытое занятие, концертное выступление. По окончании выдача сертификата об окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».

2 год занятий.

1. Вводное занятие. Теория: Знакомство с образовательной программой, расписанием, формирование группы.

2. Общая физическая подготовка. Теория: Основные понятия – вестибулярный аппарат, подкачка. Практика: Приседания, наклоны, перегибания, подтягивания, выжимания, вращательные движения (для отдельных суставов и частей тела). Развитие и тренировка вестибулярного аппарата с разной скоростью и на разную высоту. Подкачка мышц.

3. Акробатика. Теория: Подготовительные упражнения для стойки на руках и правила распределения нагрузки в парных упражнениях. Техника безопасности выполнения упражнений. Практика: Упражнения для стойки на руках. Элементы парной акробатики.

4. Пластика. Теория: основные понятия – амплитуда, статическое, динамическое равновесие. Практика: Ритмическая гимнастика (девочки) – упражнения с разной амплитудой и траекторией движений на развитие пространственной и временной точности; упражнения на развитие статического и динамического равновесия; упражнения на развитие подвижности суставов; упражнения с элементами спортивных танцев; стилизованные способы ходьбы, бега, прыжков (с изменением темпа, ритма и амплитуды движений). Растяжка. Упражнения для развития гибкости спины.

5. Эквилибристика- Теория: Изучение особенностей трюковых элементов в жанре и техника безопасности. Практика: эквилибр на одной катушке с использованием реквизита и элементов из других жанров, ходули (ручные и вольные), шар, кузнечик, моноцикл (знакомство с основными элементами).

6. Жонглирование – Теория: Знакомство с технической лексикой при работе с кольцами, мячиками и булавами и техника безопасности. Практика: жонглирование двумя предметами:

перекидка, переброс. Передача и прием предметов при работе в паре.

7. Воздушная гимнастика Теория: Знакомство с технической лексикой при работе на аппаратах и техника безопасности. Практика: вис в петле рукой, ногой, основные седы на аппарате, позиции для отдыха. Составление стандартных композиций.

8. Клоунада- Теория: Знакомство с понятием реприза. Практика: Разучивание репризы «Здравствуйте».

9. Скакалка- Теория: Знакомство с технической лексикой при работе в групповой скакалке и техника безопасности. Практика: Прыжки в сочетании с поворотами большой скакалки, прыжки с переходами между большими скакалками, элемент «ручеек».

10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пой и диаволо, антипод Теория: Знакомство с технической лексикой в жанре и техника безопасности. Практика: Изучение элементов работы с тарелочкой, хула – хупами, поями, диаволо. Антипод (знакомство с основными элементами).

11. Хореография. Теория: основные понятия – стили танца. Практика: Совершенствование пройденного материала за первый год обучения. Классический станок: лицом к опоре grand pîie- по первой, второй и пятой позиции; relevent, grand battement. Связующие (па де бурре). Приседания (плие). Элементы народных, историко-бытовых и современных (эстрадных и бальных) танцев.

12. Актерское мастерство. Теория: Знакомство с понятием «сценический жест». Практика: Постановка сценического жеста.

13. Музыкальная подготовка. Теория: основные понятия – композиция, музыкальное сопровождение. Практика: Подбор и предложение фонограмм участниками жанровых номеров. Прослушивание и обсуждение записей по музыкальному сопровождению. Опробование композиций под музыку.

14. Основы техники безопасности. Теория: Предупреждение травматизма, приемы страховки и само страховки. Обучение пользованию ручной и подвесной лонжами. Практика: выполнение инструкций по безопасности.

15. Беседы об истории цирка. Теория: Изучение особенностей истории цирковых жанров. Практика: Выступления с докладами по теме «Цирковые жанры».

16. Диагностика: В течении учебного года будет проводиться диагностика по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и личностная (входящая – сентябрь; промежуточная – декабрь; итоговый контроль – май). Открытое занятие, концертное выступление. По окончании. выдача сертификата об окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».

3 год занятий.

1. Вводное занятие. Теория: Программа, перспективы, расписание, условия занятий. Цели и задачи обучения. Практика: Входная диагностика: ОФП, СФП и личностная, игры на сплочение коллектива, выявление лидера.

2. Общая физическая подготовка. Теория: правила дыхания при выполнении физических упражнений. Практика: Различные виды ходьбы и бега. Укрепление мышц туловища, развитие подвижности суставов, коррекция недостатков телосложения. Тренировка дыхания, навыков его распределения во время движения. Простейшие приемы гигиенического массажа (самомассажа). Комплексы упражнений для коррекции осанки и телосложения.

3. Акробатика. Теория: Подготовительные упражнения для элемента «фляк» и узлы связи в парных и групповых упражнениях. Практика: Упражнения и разбор по частям элемента «фляк», пирамиды с одной и двумя точками опоры.

4. Пластика. Теория: основные понятия – темп, амплитуда, траектория движения. Практика: Упражнения силовой и скоростно-силовой направленности с локальным воздействием на развитие отдельных мышц или мышечных групп, выполняемые с различным темпом и из разных исходных положений; упражнения на растяжение мышц с произвольным их напряжением и расслаблением; упражнения с элементами спортивных танцев; комплексы общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, выполняемые с различным темпом, амплитудой и траекторией движений.

5. Эквилибристика- Теория: Совершенствование трюковых элементов в жанре и техника безопасности. Практика: эквилибр на двух катушках с использованием реквизита и элементов из других жанров, ходули (ручные и вольные), шар, кузнечик, моноцикл (движение по прямой и по кругу).

6. Жонглирование - Теория: Совершенствование трюковых элементов с кольцами, мячиками и булавами и техника безопасности. Практика: жонглирование тремя предметами: перекидка, переброс. Передача и прием предметов при работе в паре.

7. Воздушная гимнастика Теория: Совершенствование трюковых элементов при работе на аппаратах и техника безопасности. Практика: висы и крутки в петле рукой, ногой; основные пластические элементы на аппаратах. Составление индивидуальных композиций.

8. Клоунада- Теория: Знакомство с основными приёмами работы с залом. Практика: Разучивание клоунады «Акробат», «Кого в зале больше».

9. Скакалка- Теория: Совершенствование трюковых элементов при работе с большой скакалкой в группе и индивидуально и техника безопасности. Практика: Групповые и индивидуальные элементы с использованием одной, двух и более скакалок.

10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо антипод Теория: Совершенствование трюковых элементов с использованием реквизита и техника безопасности. Практика: Нарращивание темпа при выполнении элементов, увеличение количества дополнительного реквизита. Антипод (совершенствование изученных элементов).

11. Хореография. Теория: основные понятия – экзерсис. Практика: Классический экзерсис у станка, на середине зала. Позы классического танца (арабеск, аттитюд). Прыжки (глиссад, бурре, эшаппе, бризе, баллоте). Свяжующие (па де бурре). Различные элементы классического, народного, современного танца в структуре циркового номера.

12. Актерское мастерство. Теория: Совершенствование с эмоциями и жестами. Знакомство с правилами постановки голоса. Практика: Упражнения «Многоликая маска», «Постановка жеста» и «Постановка голоса».

13. Музыкальная подготовка. Теория: расширение понятия – композиция, музыкальное сопровождение, темпоритм. Практика: Создание образа с помощью зарубежных музыкальных произведений и русских музыкальных произведений

14. Основы техники безопасности. Теория: Предупреждение травматизма, приемы страховки и самостраховки. Обучение пользованию ручной и подвесной лонжами. Практика: выполнение инструкций по безопасности.

15. Беседы об истории цирка. Теория: Изучение истории артистов цирка. Практика: Выступления с докладами по теме «Артисты цирка».

16. Диагностика: В течении учебного года будет проводиться диагностика по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и личностная (входящая – сентябрь; промежуточная – декабрь; итоговый контроль – май.) Открытое занятие, концертное выступление. По окончании. выдача сертификата об окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».

Планируемые результаты:

Обучающийся цирковой студии должен:

1. Развитие общей физической подготовки:

	знать	уметь
1г.о.	Знать технику безопасности, размещение для выполнения упражнений в партере.	Дать объективную оценку сформированности двигательных навыков.
2г.о.	Знать последовательность выполнения физических упражнений на развитие вестибулярного аппарата.	Дать объективную оценку сформированной базе упражнений для развития вестибулярного аппарата. Развивать у обучающихся внимательность и наблюдательность через освоение циркового искусства.
3г.о.	Знать комплексы правила дыхания при выполнении физических упражнений.	Дать объективную оценку сформированной базе упражнений для тренировки дыхания и навыков его распределения во время движения.

2. Обучение специальной подготовке:

№	Название раздела	Год обучения	Знать	Уметь
1	Акробатика	1г.об.	Технику безопасности. Терминологию акробатических упражнений.	Выполнять базовые упражнения.
		2г.об.	Подготовительные упражнения для стойки на руках.	Правильно приготовить оборудование, надежную страховку для создания условий овладения элементов.
		3г.об.	Подготовительные упражнения для элемента «фляк».	Правильно приготовить оборудование для создания условий овладения элемента.
2	Пластика	1г.об.	Технику выполнения растяжки мышц и развития гибкости.	Выполнять растяжку мышечной системы.
		2г.об.	Технику выполнения статических и динамических равновесий.	Выполнять ритмическую гимнастику.
		3г.об.	Технику выполнения элементов на амплитуду и	Выполнять упражнения силовой и скоростно – силовой направленности.

			траекторию движений.	
3	Эквилибристика	1г.об.	Технику безопасности и особенности техники выполнения трюков.	Эквилибр на одной катушке.
		2г.об.	Понятие трюковых элементов в жанре.	Балансировать на одной катушке с использованием реквизита.
		3г.об.	Совершенствование трюковых элементов в жанре.	Выполнять стойки на стояках, стоять на двух катушках, ездить на моноцикле.
4	Жонглирование	1г.об.	Постановку корпуса и правила работы рук.	Работать с одним кольцом и мячиком.
		2г.об.	Упражнения на развитие моторики.	Работать с двумя мячами и кольцами.
		3г.об.	Упражнения для развития координации.	Работать с тремя мячами и кольцами.
5	Воздушная гимнастика	1г.об.	Технику безопасности при работе с воздушными аппаратами.	Висы на двух и одной руке. На согнутых ногах(одной, двух).
		2г.об.	Технику правильного выполнения упражнений с использованием петли.	Висы в петле на руке, в петле на ноге.
		3г.об.	Основные седы на аппарате и захваты.	Выполнять равновесия и шпагаты на аппарате. Пластические элементы на аппарате.
6	Клоунада	1г.об.	Особенности жанра.	Различать виды клоунады.
		2г.об.	Способы нанесения грима. Работу в этюдах.	Наносить грим. Разучивать и играть этюды.
		3г.об.	Особенности клоунады при работе со зрителями.	Проводить клоунаду с участием зрителя.
7	Скакалка	1г.об.	Технику прыжков в маленькой скакалке.	Прыгать в скакалке. Владеть техникой вращения скакалки.
		2г.об.	Технику работы в большой скакалке.	Зайти и выйти из большой скакалки.
		3г.об.	Технику работы в большой и	Сочетать элементы работы в маленькой и большой скакалке.

			маленькой скакалках.	
8	Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаболо	1г.об.	Технику работы с одним предметом.	Вращать один(ну): тарелочку, хула-хуп, трость, пою и диаболо.
		2г.об.	Несколько видов элементов работы с предметом.	Выполнять различные элементы с выше перечисленным реквизитом.
		3г.об.	Элементы работы в паре.	Выполнять парные элементы с выше перечисленным реквизитом.
9	Хореография	1г.об.	Постановку корпуса.	Правильно использовать свои физические природные данные.
		2г.об.	Чувство ритма.	Выполнять классический танец и элементы класс. Экзерсиса.
		3г.об.	Формирование музыкально-двигательных и художественно-творческих способностей.	Правильно осуществлять выбор музыкального сопровождения.
10	Актерское мастерство	1г.об.	Основы актерского мастерства.	Работать с мимикой лица и телом.
		2г.об.	Понимание гармонии эстетического восприятия.	Работать с жестами.
		3г.об.	Основы сценической речи	Работать с голосовым аппаратом.
11	Музыкальная подготовка	1г.об.	Музыкальные стили.	Различать музыкальные произведения по стилям.
		2г.об.	Знать части музыкального произведения.	Уметь выявлять в музыкальном произведении его части.
		3г.об.	Эстетику музыкальных произведений.	Эстетично использовать музыкальные произведения в работе над номером.
12	Основы техники безопасности	1-3г. об.	Основы техники безопасности на занятии, во время выступлений; правила пожарной и дорожной безопасности.	Правильно вести себя на занятиях, выступлениях и экстренных ситуациях.
13	Беседы об истории цирка	1-3г.об.	Основную терминологию и	Использовать в работе цирковую терминологию и учитывать

			историю развития цирка.	особенности исторического развития жанров.
14	Диагностика	1-3г.об.	В течении учебного года диагностика по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и личностная (входящая – сентябрь; промежуточная – май.)	Открытое занятие, концертное выступление. окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».

3. Воспитание личных качеств:

Воспитательная работа в студии включать в себя два взаимосвязанных направления, одно из которых способствует одновременному формированию всех личностных свойств и качеств обучающихся, второе – в каждый отдельный период работы с детьми, предусматривает решение одной-двух ведущих воспитательных задач, связанных с выработкой тех черт и качеств, которые отстают в своем развитии.

Процесс воспитания личностных качеств включает в себя:

- а) формирование у обучающихся потребности в выработке того или иного качества;
- б) включение их в активную познавательную деятельность по овладению знаниями о сущности формируемого качества, способах его проявления и выработке соответствующих чувств, взглядов и убеждений;
- в) практическое формирование умений, навыков и привычек поведения, связанных с вырабатываемыми качествами;
- г) развитие способностей к проявлению волевых усилий, позволяющих преодолевать встречающиеся трудности и препятствия, связанные с соблюдением тех или иных норм поведения.

Обучающегося цирковой студии характеризует:

- высокий учебно-познавательный интерес;
- умение ставить и достигать цели;
- яркая индивидуальная личность;
- умение вести здоровый и активный образ жизни;
- умение общаться и сотрудничать.

Индивидуальная творческая программа по цирковому искусству для обучающихся цирковой студии «Сюрприз»

Ф.И.О. _____

Возраст, школа, класс _____

Занимаюсь в цирковой студии _____

В _____ учебном году я хочу продолжить работу:

Над номерами в жанре:	Над трюковыми упражнениями:
Общая физическая подготовка	
Акробатика	
Пластика	
Эквилибристика	
Жонглирование	
Воздушная гимнастика	
Клоунада	
Скакалка	
Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	
Хореография	
Актерское мастерство	
Музыкальная подготовка	
Основы техники безопасности	
Беседы об истории цирка	
Диагностика	
Прочее	

Педагог по жанрам: _____

Подпись:

Дата:

Большую роль в деятельности студии занимает концертно-творческая деятельность, так как, во-первых, процесс творчества играет заметную роль в самореализации личности ребёнка, в раскрытии его талантов, во-вторых – концертная практика является одним из итоговых этапов в образовательном процессе, в-третьих – даёт возможность для дальнейшего роста студии в целом и обучающихся в частности.

Направления работы:

- участие в мероприятиях, концертах, конкурсах различного уровня;
- участие в социально значимых проектах;
- посещение экскурсий, спектаклей, творческих встреч.

Учебный план.

Первый год обучения

Название разделов программы	Количество часов			Форма входящей, промежуточной аттестации и итогового контроля
	всего	теория	практика	
Раздел 1. Вводное занятие	2	2		
Раздел 2. Общая физическая подготовка	30	1	29	Сдача нормативов
Раздел 3. Акробатика	45	1	44	Тестирование
Раздел 4. Пластика	20	1	19	Тестирование
Раздел 5. Эквилибристика	10	1	9	Тестирование
Раздел 6. Жонглирование	10	1	9	Тестирование
Раздел 7. Воздушная гимнастика	20	1	19	Тестирование
Раздел 8. Клоунада	4	1	3	Тестирование
Раздел 9. Скакалка	12	1	11	Тестирование
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пой и диаволо	24	1	23	Тестирование
Раздел 11. Хореография	4	1	3	Тестирование
Раздел 12. Актерское мастерство	4	1	3	Тестирование
Раздел 13. Музыкальная подготовка	4	1	3	Тестирование
Раздел 14. Основы техники безопасности	16	16		Тестирование
Раздел 15. Беседы об истории цирка	4	2	2	Тестирование
Диагностика	7		7	тестирование/ открытое занятие/ концертное выступление.
ИТОГО:	216	32	184	

Второй год обучения

Название разделов программы	Количество часов			Форма входящей, промежуточной аттестации и итогового контроля
	всего	теория	практика	
Раздел 1. Вводное занятие	2	2		
Раздел 2. Общая физическая подготовка	30	1	29	Сдача нормативов
Раздел 3. Акробатика	45	1	44	Тестирование
Раздел 4. Пластика	20	1	19	Тестирование
Раздел 5. Эквилибристика	10	1	9	Тестирование
Раздел 6. Жонглирование	10	1	9	Тестирование
Раздел 7. Воздушная гимнастика	20	1	19	Тестирование
Раздел 8. Клоунада	4	1	3	Тестирование
Раздел 9. Скакалка	12	1	11	Тестирование
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	24	1	23	Тестирование
Раздел 11. Хореография	4	1	3	Тестирование
Раздел 12. Актерское мастерство	4	1	3	Тестирование
Раздел 13. Музыкальная подготовка	4	1	3	Тестирование
Раздел 14. Основы техники безопасности	16	16		Тестирование
Раздел 15. Беседы об истории цирка	4	2	2	Тестирование
Диагностика	7		7	тестирование/ открытое занятие/ концертное выступление.
ИТОГО:	216	32	184	

Третий год обучения

Название разделов программы	Количество часов
-----------------------------	------------------

	всего	теория	практика	Форма входящей, промежуточной аттестации и итогового контроля
Раздел 1. Вводное занятие	2	2		
Раздел 2. Общая физическая подготовка	30	1	29	Сдача нормативов
Раздел 3. Акробатика	45	1	44	Тестирование
Раздел 4. Пластика	20	1	19	Тестирование
Раздел 5. Эквилибристика	10	1	9	Тестирование
Раздел 6. Жонглирование	10	1	9	Тестирование
Раздел 7. Воздушная гимнастика	20	1	19	Тестирование
Раздел 8. Клоунада	4	1	3	Тестирование
Раздел 9. Скакалка	12	1	11	Тестирование
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	24	1	23	Тестирование
Раздел 11. Хореография	4	1	3	Тестирование
Раздел 12. Актерское мастерство	4	1	3	Тестирование
Раздел 13. Музыкальная подготовка	4	1	3	Тестирование
Раздел 14. Основы техники безопасности	16	16		Тестирование
Раздел 15. Беседы об истории цирка	4	2	2	Тестирование
Диагностика	7		7	тестирование/ открытое занятие/ концертное выступление.
ИТОГО:	216	32	184	

Календарный учебный график:

Условные обозначения:

ВД – входящая диагностика;

ПА – промежуточная аттестация;

Первый год обучения

Раздел / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Раздел 1. Вводное занятие	2								
Раздел 2. Общая физическая подготовка	3	4	2	3	3	5	4	2	4
Раздел 3. Акробатика	2	5	6	5	5	5	6	10	1
Раздел 4. Пластика	1	5	3	2	2	2	1	2	2
Раздел 5. Эквилибристика	1	2	2	1	1	1	1		1
Раздел 6. Жонглирование	1	2	1	1	1	1	1		2
Раздел 7. Воздушная гимнастика		3	2	4	2	3	2	2	2
Раздел 8. Клоунада			1		1	1		1	
Раздел 9. Скакалка	2	1	1	2	1	1	1	1	2
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	2	2	2	2	1	2	5	5	3
Раздел 11. Хореография		1		1			1	1	
Раздел 12. Актерское мастерство			1		1		1	1	
Раздел 13. Музыкальная подготовка		1	1			1		1	
Раздел 14. Основы техники безопасности	2 ТБ на занятиях	2 ПДД	2 ППБ	2 ПП на льду	2 ТБ на занятиях		2 ППБ	2 ПДД	2 ПП у воды
Раздел 15. Беседы об истории цирка		1				2		1	
Диагностика	2 ВД			2					3 ПА
ИТОГО: 216	18	29	24	25	20	24	25	29	22

Второй год обучения

Раздел / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Раздел 1. Вводное занятие	2								
Раздел 2. Общая физическая подготовка	3	4	2	3	3	5	4	2	4

Раздел 3. Акробатика	2	4	6	6	4	5	7	8	3
Раздел 4. Пластика	1	4	3	3	2	2	2	2	1
Раздел 5. Эквилибристика	1	2	2	1	1	1	1		1
Раздел 6. Жонглирование	1	2	1	1	1	1	1		2
Раздел 7. Воздушная гимнастика		3	2	3	3	3	2	2	2
Раздел 8. Клоунада			1		1	1		1	
Раздел 9. Скакалка	2	1	1	2	1	1	1	2	1
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаболо	2	3	2	2	1	3	4	5	2
Раздел 11. Хореография		1		1			1	1	
Раздел 12. Актерское мастерство			1		1		1	1	
Раздел 13. Музыкальная подготовка		1	1			1		1	
Раздел 14. Основы техники безопасности	2 ТБ на занятиях	2 ПДД	2 ППБ	2 ПП на льду	2 ТБ на занятиях		2 ППБ	2 ПДД	2 ПП у воды
Раздел 15. Беседы об истории цирка		1			1	1		1	
Диагностика	2 ВД			2					3 ПА
ИТОГО: 216	18	28	24	26	21	24	26	28	21

Третий год обучения

Раздел / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Раздел 1. Вводное занятие	2								
Раздел 2. Общая физическая подготовка	3	4	2	4	2	5	2	3	5
Раздел 3. Акробатика	2	5	5	5	4	6	7	8	3
Раздел 4. Пластика	1	4	4	2	2	1	3	2	1
Раздел 5. Эквилибристика	1	2	2	1	1	1	1		1
Раздел 6. Жонглирование	1	2	1	1	1	1	1		2
Раздел 7. Воздушная гимнастика		2	2	3	2	3	4	2	2
Раздел 8. Клоунада			1		1	1		1	

Раздел 9. Скакалка	2	1	1	2	1	1	1	2	1
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	2	2	2	4	1	3	4	3	3
Раздел 11. Хореография		1		1			1	1	
Раздел 12. Актерское мастерство			1		1		1	1	
Раздел 13. Музыкальная подготовка		1	1			1		1	
Раздел 14. Основы техники безопасности	2 ТБ на занятиях	2 ПДД	2 ППБ	2 ПП на льду	2 ТБ на занятиях		2 ППБ	2 ПДД	2 ПП у воды
Раздел 15. Беседы об истории цирка		1			1	1		1	
Диагностика	2 ВД			2 ПА					3 ПА
ИТОГО: 216	18	27	24	27	19	24	27	27	23

**Учебно-тематический план
Педагога ДО: Блужина Ю.В.**

Первый год обучения

Название разделов программы	Количество часов		
	всего	теория	практика
Раздел 1. Вводное занятие	2	2	
Тема 1.1: Знакомство с образовательной программой, расписанием, формирование группы.		2	
Раздел 2. Общая физическая подготовка	30	1	29
Тема 2.1: Изучение владения своим телом, оценивать своё физическое состояние и регулировать его в процессе тренировочной деятельности и соблюдение техники безопасности.		1	
Тема 2.2: Упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.			10
Тема 2.3: Комплексы ритмической гимнастики для развития координации.			5
Тема 2.4: Физические упражнения и подвижные игры для развития пространственной ориентации.			4
Тема 2.5: Ходьба, бег, упражнения на ходу и на месте.			2
Тема 2.6: Махи или круговые движения рук.			2
Тема 2.7. Наклоны туловища в стороны или повороты.			3

Тема 2.8. Приседания и выпады, наклоны вперед и назад.			2
Тема 2.9. Махи ногами.			1
Раздел 3. Акробатика	45	1	44
Тема 3.1. Сформировать знания о терминологии акробатических элементов.		1	
Тема 3.2. Обучение кувырков вперед, спиной вперед.			9
Тема 3.3. Обучение переворотов боком, переворотов вперед и назад.			12
Тема 3.4. Обучение элементов парной акробатики.			9
Тема 3.5. Обучение акробатических прыжков.			7
Тема 3.6. Обучение акробатических связок.			7
Раздел 4. Пластика	20	1	19
Тема 4.1. Изучение правил растяжки мышц и развития гибкости.		1	
Тема 4.2. Растяжка мышечной системы тела.			4
Тема 4.3. Приобретение эластичности мышц рук, ног, спины, плеч.			4
Тема 4.4. Развитие эластичности подъемов стоп.			2
Тема 4.5. Складки; мосты			2
Тема 4.6. Шпагаты: правый, левый, поперечный,			3
Тема 4.7. Грудные стойки.			2
Тема 4.8. Боковые равновесия.			2
Раздел 5. Эквилибристика	10	1	9
Тема 5.1: Изучение особенностей трюковых элементов в жанре.		1	
Тема 5.2: Ходжение на одной катушке.			1
Тема 5.3: Ходжение на ручных ходулях.			1
Тема 5.4: Ходжение на шаре.			1
Тема 5.5: Ходжение на вольных ходулях.			1
Тема 5.6: Прыжки на кузнечике.			1
Тема 5.7: Эквилибр на моноцикле.			1

Тема 5.8: Эквilibр на одной катушке.			1
Тема 5.9: Эквilibр на реквизите по выбору с использованием реквизита из других жанров.			2
Раздел 6. Жонглирование	10	1	9
Тема 6.1: Знакомство с технической лексикой при работе с кольцами, мячиками и булавами.		1	
Тема 6.2: Изучение игры «Чоки-чоки»			1
Тема 6.3: Жонглирование одним мячиком.			1
Тема 6.4: Жонглирование одним кольцом.			1
Тема 6.5: Жонглирование одной булавой.			1
Тема 6.6: Жонглирование двумя мячиками: перекидка, переброс.			1
Тема 6.7: Жонглирование двумя кольцами: перекидка, переброс.			1
Тема 6.8: Жонглирование двумя булавами: перекидка, переброс.			1
Тема 6.9: Парное жонглирование (кольца, мячики, булавы). Передача и прием предметов при работе в паре.			2
Раздел 7. Воздушная гимнастика	20	1	19
Тема 7.1: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков.		1	
Тема 7.1: Вис на руках (ремни, кольцо, полотно, корд – де - парель).			5
Тема 7.2: Вис на ногах (ремни, кольцо, полотно, корд – де - парель).			4
Тема 7.3: Вис на руках с петлём (ремни, кольцо, полотно, корд – де - парель).			5
Тема 7.4: Вис на ногах с петлём (ремни, кольцо, полотно, корд – де - парель).			5
Раздел 8. Клоунада	4	1	3
Тема 8.1: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков.		1	
Тема 8.2: Знакомство с понятием «эмоция» и способами их выражения.			1
Тема 8.3: Основы работы с гримом.			1
Тема 8.4: Эмоции и грим.			1
Раздел 9. Скакалка	12	1	11
Тема 9.1: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков.		1	
Тема 9.2: Освоение технологии работы со скакалкой.			4

Тема 9.3: Заход и выход при работе с большой скакалкой.			4
Тема 9.4: Индивидуальные элементы в скакалке.			3
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	24	1	23
Тема 10.1: Знакомство с жанром, реквизитом, с особенностями технологии выполнения трюков.		1	
Тема 10.2: Освоение техники работы, базовые элементы с хула-хупами.			3
Тема 10.3: Освоение техники работы, базовые элементы с тарелочками.			5
Тема 10.4: Освоение техники работы, базовые элементы с тростями.			5
Тема 10.5: Освоение техники работы, базовые элементы с поями.			5
Тема 10.6: Освоение техники работы, базовые элементы с диаволо.			5
Раздел 11. Хореография	4	1	3
Тема 11.1: Знакомство со структурой класса и танца.		1	
Тема 11.2: Знакомство с понятием и с особенностями технологии выполнения элементов.			1
Тема 11.3: Положение и движение ног, рук, корпуса головы, колена, ступни на полу.			1
Тема 11.4: Притопы, переходы, шаги, приставки, прыжки, повороты. Сочетания движений.			1
Раздел 12. Актерское мастерство	4	1	3
Тема 12.1: Знакомство с теорией актёрского мастерства.		1	
Тема 12.2: Развитие мимики лица через освоение лицевых этюдов и тематических упражнений.			3
Раздел 13. Музыкальная подготовка	4	1	3
Тема 13.1: Музыкально-ритмическое воспитание – слуховое восприятие музыкального произведения, смысловая и эмоциональная окраска музыки через движение.		1	
Тема 13.2: Темп, динамика, характер движения. Ритмический рисунок.			1
Тема 13.3: Музыкальная грамота – представление о музыке как о виде искусства; развитие чувства ритма, слуха, музыкальной памяти и музыкального вкуса.			1
Тема 13.4: Прослушивание музыкальных произведений, разбор темпа ритма и частей произведения.			1
Раздел 14. Основы техники безопасности	16	16	

Тема 14.1: Инструктаж по технике безопасности на занятиях.		4	
Тема 14.2: Правила пожарной безопасности.		4	
Тема 14.3: Правила дорожного движения.		4	
Тема 14.4: Правила поведения у воды.		2	
Тема 14.5: Правила поведения на льду.		2	
Раздел 15. Беседы об истории цирка	4	2	2
Тема 15.1: Знакомство с понятием цирковое искусство и основной терминологией по жанрам.		2	
Теория 15.2: Дидактическая игра «цирковой номер».			2
Диагностика В течении учебного года будет проводиться диагностика по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и личностная (входящая диагностика – сентябрь; промежуточная аттестация – декабрь; итоговый контроль – май.) Открытое занятие, концертное выступление. По окончании выдача сертификата об окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».	7		7
ИТОГО:	216	32	184

Второй год обучения

Название разделов программы	Количество часов		
	всего	теория	практика
Раздел 1. Вводное занятие	2	2	
Тема 1.1: Знакомство с образовательной программой, расписанием, формирование группы.		2	
Раздел 2. Общая физическая подготовка	30	1	29
Тема 2.1: Основные понятия – вестибулярный аппарат, подкачка.		1	
Тема 2.2: Приседания, наклоны, перегибания, подтягивания, выжимания, вращательные движения (для отдельных суставов и частей тела)			10
Тема 2.3: Комплексы ритмической гимнастики для развития координации.			5
Тема 2.4: Развитие и тренировка вестибулярного аппарата с разной скоростью и на разную высоту			4
Тема 2.5: Ходьба, бег, упражнения на ходу и на месте.			2

Тема 2.6: Махи или круговые движения рук.			2
Тема 2.7: Подкачка мышц.			6
Раздел 3. Акробатика	45	1	44
Тема 3.1: Сформировать знания о терминологии акробатических элементов.		1	
Тема 3.2: Упражнения для обучения стойки на руках.			12
Тема 3.3: Упражнения для элементов в стойках на руках.			12
Тема 3.4: Обучение элементов парной акробатики.			12
Тема 3.5: Работа акробатических связок			8
Раздел 4. Пластика	20	1	19
Тема 4.1. Основные понятия – амплитуда, статическое, динамическое равновесие.		1	
Тема 4.2. Ритмическая гимнастика (девочки) – упражнения с разной амплитудой и траекторией движений на развитие пространственной и временной точности.			4
Тема 4.3. Упражнения на развитие статического и динамического равновесия.			4
Тема 4.4. Упражнения на развитие подвижности суставов.			3
Тема 4.5. Стилизованные способы ходьбы, бега, прыжков (с изменением темпа, ритма и амплитуды движений).			2
Тема 4.6. Растяжка.			3
Тема 4.7. Упражнения для развития гибкости спины.			3
Раздел 5. Эквилибристика	10	1	9
Тема 5.1: Изучение особенностей трюковых элементов в жанре.		1	
Тема 5.2: Эквилибр на одной катушке с использованием реквизита и элементов из других жанров.			2
Тема 5.3: Хожение на ручных, вольных ходулях.			1
Тема 5.4: Хожение на шаре.			1
Тема 5.5: Прыжки на кузнечике.			1

Тема 5.6: Эквilibр на моноцикле.			1
Тема 5.7: Эквilibр на реквизите по выбору с использованием реквизита из других жанров.			2
Раздел 6. Жонглирование	10	1	9
Тема 6.1: Знакомство с технической лексикой при работе с кольцами, мячиками и булавами.		1	
Тема 6.2: Жонглирование двумя предметами.			3
Тема 6.3: Перекидка, переброс двумя предметами.			3
Тема 6.4: Передача и прием предметов при работе в паре.			3
Раздел 7. Воздушная гимнастика	20	1	19
Тема 7.1 Знакомство с технической лексикой при работе на аппаратах и техника безопасности.		1	
Тема 7.1: Вис в петле рукой.			4
Тема 7.2: Вис в петле ногой.			4
Тема 7.3: Основные седы на аппарате.			3
Тема 7.4: Позиции для отдыха.			3
Тема 7.5: Составление стандартных композиций.			5
Раздел 8. Клоунада	4	1	3
Тема 8.1: Знакомство с понятием реприза.		1	
Тема 8.2: Разучивание репризы «Здравствуйте».			2
Тема 8.3: Эмоции и грим.			1
Раздел 9. Скакалка	12	1	11
Тема 9.1: Знакомство с технической лексикой при работе в групповой скакалке и техника безопасности.		1	
Тема 9.2: прыжки с переходами между большими скакалками, элемент «ручeёк».			5
Тема 9.3: Индивидуальные элементы в скакалке.			6
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	24	1	23
Тема 10.1: Знакомство с технической лексикой в жанре		1	
Тема 10.2: Изучение элементов с хула-хупами.			3
Тема 10.3: Изучение элементов с тарелочками.			4

Тема 10.4: Изучение элементов с тростями.			4
Тема 10.5: Изучение элементов с поями.			4
Тема 10.6: Изучение элементов с диаволо.			4
Тема 10.7: Антипод (знакомство с основными элементами).			4
Раздел 11. Хореография	4	1	3
Тема 11.1: Изучение основных понятий – стили танца.		1	
Тема 11.2: Классический станок: лицом к опоре grand piie- по первой, второй и пятой позиции; relevent, grand battement.			1
Тема 11.3: Связующие (па де бурре). Приседания (плие).			1
Тема 11.4: Элементы народных, историко-бытовых и современных (эстрадных и бальных) танцев.			1
Раздел 12. Актерское мастерство	4	1	3
Тема 12.1: Знакомство с понятием «сценический жест».		1	
Тема 12.2: Постановка сценического жеста.			3
Раздел 13. Музыкальная подготовка	4	1	3
Тема 13.1: Изучение основных понятий – композиция, музыкальное сопровождение.		1	
Тема 13.2: Подбор и предложение фонограмм участниками жанровых номеров.			1
Тема 13.3: Прослушивание и обсуждение записей по музыкальному сопровождению.			1
Тема 13.4: Опробование композиций под музыку.			1
Раздел 14. Основы техники безопасности	16	16	
Тема 14.1: Инструктаж по технике безопасности на занятиях.		4	
Тема 14.2: Правила пожарной безопасности.		4	
Тема 14.3: Правила дорожного движения.		4	
Тема 14.4: Правила поведения у воды.		2	
Тема 14.5: Правила поведения на льду.		2	
Раздел 15. Беседы об истории цирка	4	2	2
Тема 15.1: Изучение особенностей истории цирковых жанров.		2	
Теория 15.2: : Выступления с докладами по теме «Цирковые жанры».			2

Диагностика В течении учебного года будет проводиться диагностика по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и личностная (входящая диагностика – сентябрь; промежуточная аттестация – декабрь; итоговый контроль – май.) Открытое занятие, концертное выступление. По окончании выдача сертификата об окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».	7		7
ИТОГО:	216	32	184

Третий год обучения

Название разделов программы	Количество часов		
	всего	теория	практика
Раздел 1. Вводное занятие	2	2	
Тема 1.1: Программа, перспективы, расписание, условия занятий. Цели и задачи обучения.		2	
Раздел 2. Общая физическая подготовка	30	1	29
Тема 2.1: Изучение управлением дыхания при выполнении физических упражнений.		1	
Тема 2.2: Различные виды ходьбы и бега.			10
Тема 2.3: Укрепление мышц туловища.			5
Тема 2.4: Развитие подвижности суставов.			4
Тема 2.5: Коррекция недостатков телосложения.			3
Тема 2.6: Тренировка дыхания, навыков его распределения во время движения.			3
Тема 2.7. Простейшие приемы гигиенического массажа (само массажа).			2
Тема 2.8. Комплексы упражнений для коррекции осанки и телосложения.			2
Раздел 3. Акробатика	45	1	44
Тема 3.1. Подготовительные упражнения для элемента «фляк» и узлы связи в парных и групповых упражнениях.		1	
Тема 3.2. Упражнения и разбор по частям элемента «фляк».			16
Тема 3.3. пирамиды с одной и двумя точками опоры. Обучение переворотов боком, переворотов вперёд и назад.			16
Тема 3.4. Разработка акробатических связок.			12

Раздел 4. Пластика	20	1	19
Тема 4.1. Изучение основных понятий – темп, амплитуда, траектория движения.		1	
Тема 4.2. Упражнения силовой и скоростно-силовой направленности с локальным воздействием на развитие отдельных мышц или мышечных групп.			5
Тема 4.3. Упражнения на растяжение мышц с произвольным их напряжением и расслаблением.			5
Тема 4.4. Упражнения с элементами спортивных танцев.			4
Тема 4.5. Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов.			3
Тема 4.6. Боковые равновесия.			2
Раздел 5. Эквилибристика	10	1	9
Тема 5.1: Совершенствование трюковых элементов в жанре.		1	
Тема 5.2: Эквилибр на двух катушках с использованием реквизита и элементов из других жанров			3
Тема 5.3: Изучение элементов на аппарате «кузнечик»			3
Тема 5.4: Моноцикл (движение по прямой и по кругу).			2
Тема 5.5: Эквилибр на реквизите по выбору с использованием реквизита из других жанров.			1
Раздел 6. Жонглирование	10	1	9
Тема 6.1: Совершенствование трюковых элементов с кольцами, мячиками и булавами.		1	
Тема 6.2: Жонглирование тремя предметами.			3
Тема 6.3: перекидка, переброс тремя предметами.			3
Тема 6.4: Парное жонглирование (кольца, мячики, булавы). Передача и прием предметов при работе в паре.			3
Раздел 7. Воздушная гимнастика	20	1	19
Тема 7.1: Совершенствование трюковых элементов при работе на воздушных аппаратах.		1	
Тема 7.1: Висы и крутки в петле рукой.			5
Тема 7.2: Висы и крутки в петле ногой.			5
Тема 7.3: Основные пластические элементы на аппаратах.			4

Тема 7.4: Составление индивидуальных композиций.			5
Раздел 8. Клоунада	4	1	3
Тема 8.1: Знакомство с основными приёмами работы с залом.		1	
Тема 8.2: Разучивание клоунады «Акробат».			1
Тема 8.3: Разучивание клоунады «Кого в зале больше».			1
Тема 8.4: Эмоции и грим.			1
Раздел 9. Скакалка	12	1	11
Тема 9.1: Совершенствование трюковых элементов при работе с большой скакалкой в группе и индивидуально.		1	
Тема 9.2: Групповые и индивидуальные элементы с использованием одной скакалки.			5
Тема 9.3: Групповые и индивидуальные элементы с использованием двух и более скакалок.			6
Раздел 10. Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо	24	1	23
Тема 10.1: Совершенствование трюковых элементов с использованием реквизита и техника безопасности.		1	
Тема 10.2: : Нарращивание темпа при выполнении элементов.			7
Тема 10.3: Увеличение количества дополнительного реквизита.			7
Тема 10.4: Антипод (совершенствование изученных элементов).			9
Раздел 11. Хореография	4	1	3
Тема 11.1: Знакомство с основные понятия – экзерсис.		1	
Тема 11.2: Классический экзерсис у станка и в середине зала.			1
Тема 11.3: Позы классического танца (арабеск, аттитюд).			1
Тема 11.4: Прыжки (глиссад, бурре, эшаппе, бризе, баллоте).			1
Раздел 12. Актерское мастерство	4	1	3
Тема 12.1: Совершенствование с эмоциями и жестами.		1	
Тема 12.2: Знакомство с правилами постановки голоса.			1
Тема 12.3: Упражнения «Многоликая маска», «Постановка жеста» и «Постановка голоса».			1
Раздел 13. Музыкальная подготовка	4	1	3

Тема 13.1: Расширение понятия – композиция, музыкальное сопровождение, темпоритм.		1	
Тема 13.2: Темп, динамика, характер движения. Ритмический рисунок.			2
Тема 13.3: Создание образа с помощью зарубежных музыкальных произведений и русских музыкальных произведений.			1
Раздел 14. Основы техники безопасности	16	16	
Тема 14.1: Инструктаж по технике безопасности на занятиях.		4	
Тема 14.2: Правила пожарной безопасности.		4	
Тема 14.3: Правила дорожного движения.		4	
Тема 14.4: Правила поведения у воды.		2	
Тема 14.5: Правила поведения на льду.		2	
Раздел 15. Беседы об истории цирка	4	2	2
Тема 15.1: Изучение истории артистов цирка.		2	
Теория 15.2: Выступления с докладами по теме «Артисты цирка».			2
Диагностика В течение учебного года будет проводиться диагностика по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и личностная (входная диагностика – сентябрь; промежуточная аттестация – декабрь; итоговый контроль – май.) Открытое занятие, концертное выступление. По окончании выдача сертификата об окончании обучения по программе «Искусство цирка: Основы цирковой подготовки по жанрам».	7		7
ИТОГО:	216	32	184

Оценочные материалы:

Для оценки качества освоения программы применяются следующие оценочные материалы

	Название раздела	Вид диагностики	Оценка	Период
	Предметная			
1	Общая физическая подготовка	Сдача нормативов	Баллы /оценка/ Процент усвоения	Входящая диагностика Промежуточная аттестация

2	Акробатика	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
3	Пластика	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
4	Эквилибристика	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
5	Жонглирование	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
6	Воздушная гимнастика	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
7	Клоунада	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
8	Скакалка	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
9	Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаболо	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
10	Хореография	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
11	Актерское мастерство	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
12	Музыкальная подготовка	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
13	Основы техники безопасности	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
14	Беседы об истории цирка	Тестирование	Оценка / Процент усвоения	Промежуточная аттестация
	Межпредметная			
15	Открытое занятие	Метод наблюдения, анализа	Оценка / Процент усвоения	В течении года
16	Конкурсное выступление	Творческий номер	Баллы / Рейтинг	В течении года
17	Концертное выступление	Творческий номер	Баллы / Рейтинг	В течении года
	Личностная			
18	Посещаемость	Метод наблюдения	Процент усвоения	Промежуточная аттестация
19	Удовлетворенность образовательным процессом	Анкетирование	Баллы/ процент усвоения	Промежуточная аттестация
20	Социализация	Анкетирование	Выявление уровня	Промежуточная аттестация
21	Самооценка учебных возможностей	Методика «Лесенка»	Выявление уровня	Промежуточная аттестация
22	Учебно – познавательный интерес	Диагностическая карта наблюдения	Выявление уровня от 1-6	Промежуточная аттестация

23	Выявления уровня работоспособности	Теппинг-тест	Определение индивидуального уровня нагрузки	В течении учебного года
	Выявление общего уровня усвоения образовательной программы		Процент усвоения	Промежуточная аттестация

Критерии оценки качества исполнения:

150 и более баллов = 5 («отлично») / процент усвоения: 80-100%= высокий уровень усвоения - Технически качественное владение элементами; артистизм; эмоциональность, умение хорошо пользоваться пластическими средствами выражения.

100-150 баллов = 4 («хорошо») / процент усвоения: 60-80% = средний уровень усвоения -Технически качественное владение цирковыми элементами с небольшими недочетами; небольшие зажимы в раскрытии образа.

50-100 баллов = 3 («удовлетворительно») / процент усвоения: 40-60% = базовый уровень усвоения - Исполнение с большим количеством недочетов, слабая физическая подготовка, плохая растяжка, гибкость, отсутствие артистизма, среднее владение пластическими элементами.

1. Общая физическая подготовка

Протоколы для аттестации по общей физической подготовке.

Входная диагностика/промежуточная аттестация/итоговый контроль

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Вид норматива			Вид норматива			Баллы			Оценка		
		ВД	ПА	ИК	ВД	ПА	ИК	ВД	ПА	ИК	ВД	ПА	ИК
	Период диагностики												

Нормативы общей физической подготовки

	7-10 лет		11-13 лет		13-15 лет		15-17 лет		18 лет	
	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м
Прыжки в длину с места	100-130	110-135	136-162	150-186	150-180	160-208	153-174	173-180	160-190	190-220
Прыжок в высоту с места	18-25	20-30	19-30	22-35	21-35	22-40	23-40	25-45	26-40	31-45
Пресс (поднятие туловища, лежа на спине, ноги фиксированы)	8-12	10-20	12-25	18-30	21-40	22-45	22-40	28-50	40-45	40-60
Поднятие прямых ног до касания носками за головой из виса	1-4	2-8	6-10	7-12	7-10	8-12	8-10	10-12	8-10	10-12
Отжимание от пола	5-10	6-12	6-20	10-30	10-18	15-35	12-35	20-45	20-45	20-55
Подтягивание из виса	1-3	2-6	3-5	4-6	3-5	5-10	3-5	5-10	3-5	5-10

Приседание на двух ногах	40-80	50-100	60-120	100-150	60-160	80-180	60-180	80-200	90-180	90-210
Прыжки на скакалке (1 минута)	15-60	15-60	60-100	60-100	80-100	80-100	100-120	100-120	100-120	100-120
Равновесие (сек)	5-35	6-40	15-35	15-40	15-50	15-55	20-50	20-55	25-60	25-60

Нормативы ориентированы на программу «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по общей физической культуре»- Москва. Министерство образования Российской Федерации. 2000г. изд. «Дрофа».

2. Специальная физическая подготовка

Диагностика по специальной подготовке:

Тестирование запланированных знаний и умений по предметным областям.

№	Ф.И. обучающегося	Предметная область	Основы техники безопасности	Беседы об истории цирка	Индивидуальный процент усвоения программы	Оценка

3. Межпредметная диагностика

Для межпредметной диагностики используется программа «Искусство цирка: постановка циркового номера» Ю.В. Блужинной.

В рамках реализации этой программы проводятся конкурсы:

1. Конкурс на лучшую постановку циркового номера «Зажги свою звезду»
2. Конкурс для девочек «Артистка цирка»
3. Конкурс для мальчиков «Мистер -Х»
4. Конкурс «Портфолио»

Протоколы конкурсов

№	ФИО	Тест на знание цирковой терминологии	Станции по жанрам	Творческий номер			Общая сумма баллов	Рейтинг
				хореография	Актёрское мастерство	Трюковая часть		
1								

2													
3													

4. Личностная диагностика Посещаемость

Метод наблюдения и контроля. Где (+)- присутствовал; (-)- отсутствовал.

Формула вычисления процента посещаемости: $A: B \cdot 100 = \% \text{ усвоения программы}$
 А - реальное количество плюсов; Б- должно быть 10 плюсов.

№	Ф.И. обучающегося	дата											%	Оценка

Удовлетворенность образовательным процессом

Формула вычисления процента: $A: B \cdot 100 = \% \text{ удовлетворенности образовательным процессом.}$
 А – количество ответов «ДА»; Б- должно быть 10 ответов «ДА».

Ф.И. обучающегося, возраст		
Вопрос	да	нет
Я иду на занятия в студию с радостью		
Мне нравится заниматься цирковым искусством		
У нас хорошо оборудована студия		
У нас хорошие преподаватели		
К нашим преподавателям можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.		
Я хочу выступить на сцене, манеже		
У меня есть друзья в студии		
На занятиях замечают мои успехи		
Я согласен, что мой успех зависит от того как я потрудился на занятии		
На летних каникулах я скучаю по студии		

Социализация

Анкета

Ф. И. возраст. Год занятий в студии _____
 Состав семьи _____
 Сколько друзей ты приглашаешь на День рождения? _____
 Сколько ты хочешь иметь друзей? _____
 Как бы ты хотел провести летние каникулы? _____

 Кому бы ты подарил коробку конфет, если бы она у тебя была? _____
 Любишь ли ты рисовать, сочинять стихи, рассказывать смешные истории,
 петь, танцевать? _____
 Участие в конкурсах, олимпиадах, фестивалях, соревнованиях? _____
 В каких студиях занимаешься? _____
 Сколько раз в 2012г. посещал кинотеатр _____ театр _____ музеи _____
 Какое у тебя любимое занятие дома? _____
 В каких народных праздниках ты принимаешь участие? _____
 Каких современных героев ты знаешь? _____

Диагностическая карта изучения индивидуального уровня социализации обучающихся
 н – низкий, с – средний, в – высокий.

№	Показатели социализации	Критерии	№ в табл.
1	Трудолюбие в творчестве, учении, жизни	Участие в массовых мероприятиях	1
		Добросовестное отношение к выполнению любого вида задания	2
2	Коммуникативные качества	Вежлив, тактичен, доброжелателен.	3
		Умеет договариваться, находить общее решение	4
		Владеет адекватными выходами из конфликта	5
		Активно принимает участие в работе группы	6
3	Ценностное отношение к прекрасному, сформированности представлений об эстетических идеалах и ценностях	Бережное отношение к результатам человеческого труда и творчества	7
		Способность и потребность наслаждаться природой, поддерживать её жизненные силы	8
		Интересуется различными видами творчества	9
		Занимается каким-либо видом творчества самостоятельно	10
		Принимает участие в творческих процессах: художественная деятельность, выступает и как усвоение, и как создание художественных ценностей	11
4	Нравственно-этическая ориентация	Сформированы представления о моральных нормах.	12
		Может принимать решения на основе соотнесения нескольких моральных норм	13
		Учитывает объективные последствия нарушения моральной нормы	14

5	Уровень гражданственности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека	Имеет представления о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина, товарища	15
		Уважительное отношение к родителям, к старшим, заботливое отношение к младшим	16
		Развитие представлений о событиях, которые отмечают как народные, государственные праздники	17
		Развитие представлений о национальных героях и важнейших событиях истории России	18
6	Самопознание и самоопределение	Проявляет собственную точку зрения в отдельных вопросах	19
		Адекватное представление о себе как личности и своих способностях, осознание способов поддержания своей самооценки	20
		Устанавливает связи между учением и будущей профессиональной деятельностью	21
		Мотивирован на высокий результат учебных достижений	22

Название коллектива: _____

№ группы: _____

Педагог: _____

Дата заполнения: _____

№	Фамилия,	Г. р.	Г. з.	0 1	0 2	0 3	0 4	0 5	0 6	0 7	0 8	0 9	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	1 5	1 6	1 7	1 8	1 9	2 0	2 1	2 2	Ср.результат
1																										
2																										
3																										
4																										

Самооценка учебных возможностей

Методика «Лесенка»

(модификация методики Г.А. Цукерман)

Цель: предназначена для изучения самооценки учебных возможностей.

Описание методики: после выполнения задания предлагается показать на лесенке своё отношение к его выполнению по трём параметрам: красиво, правильно, трудно.

Экспресс – диагностика может использоваться в индивидуальном и групповом режиме работы.

К



П



Т



1. Красиво ты выполнил задание?
2. Правильно ты выполнил задание?
3. Трудно ли тебе было выполнять задание?

Диагностическая карта наблюдения за развитием учебно – познавательного интереса и регулятивных универсальных учебных действий (Г.В. Репкина, Е.В. Заика)

Карта наблюдения за развитием учебно-познавательного интереса и регулятивных универсальных учебных действий (далее карта наблюдения) предназначена для изучения качественных характеристик заявленных параметров.

Карта наблюдения включает в себя таблицу с описанием диагностических признаков уровня сформированности у учащихся учебно-познавательного интереса, действий контроля, оценки и бланки фиксации результатов.

Полученные результаты наблюдения могут быть использованы педагогом как непосредственная основа для обобщения и оценки сформированности универсальных учебных действий и для внесения коррективов в свою педагогическую деятельность.

Цель: определения уровня сформированности учебно-познавательного интереса и регулятивных универсальных учебных действий.

Процедура проведения:

Педагог фиксирует результаты наблюдения в бланках по видам УУД в течении учебного года. Системное наблюдение в течении учебного года (педагог может фиксировать результаты не ежемесячно, а, например, 1 раз в два месяца) позволит обобщить эти данные в общем бланке.

Первичные результаты заносятся в общий бланк по прошествии 1-2 месяца от начала занятий. В бланке выставляется уровень сформированности каждого параметра наблюдения, определяемый по предварительным в таблице 1 диагностическим признакам. Вторичная фиксация результатов в общем бланке проходит в конце учебного года.

Общий бланк

Фамилия, имя	Компоненты учебной деятельности		
	Учебно-познавательный интерес	Контроль действий	Оценка действий
1			
2			
и т.д.			

Анализ динамики развития учебно-познавательного интереса и регулятивных УУД позволяет сделать вывод об эффективности процесса обучения. При анализе результатов наблюдения следует обращать внимание не толь на индивидуальные результаты обучающихся, но и на групповую динамику.

Оценка сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки:

- уровень 1- несформированный учебно-познавательный интерес, действия контроля и оценки;
- уровни 2 и 3 – низкий уровень сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки;

- уровень 4- удовлетворительный уровень сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки;
- уровень 5 – высокий уровень сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки;
- уровень 6- очень высокий уровень сформированности учебно-познавательного интереса, действий контроля и оценки.

Уровни	Основной диагностический признак	Дополнительный диагностический признак
Уровень сформированности учебно-познавательного интереса		
1. Отсутствие интереса	Интерес к занятиям практически не обнаруживается. Исключение составляет реакция на яркий, необычный материал.	Безразличное или негативное отношение к выполнению любых учебных задач. Более охотно выполняет привычные действия, чем осваивает новые.
2. Реакция на новизну	Интерес возникает лишь к новому материалу, касающемуся конкретных фактов, но не теории.	Оживляется задает вопросы о новом фактическом материале, включается в выполнение задания, связанного с ним, но длительной устойчивой активности не проявляет.
3. Любопытство	Интерес возникает к новому материалу, но не к способам выполнения.	Проявляет интерес и задает вопросы достаточно часто, включается в выполнения задания, но интерес быстро иссякает.
4. Ситуативный учебный интерес	Интерес возникает к способам решения новой частной единичной задачи (но не к системе задач).	Включается в процесс решения задач, пытается самостоятельно найти способ решения и довести задание до конца, после решения задачи интерес исчерпывается.
5. Устойчивый учебно-познавательный интерес	Интерес возникает к общему способу решения задач, но не выходит за пределы изучаемого материала.	Охотно включается в процесс выполнения заданий, работает длительно и устойчиво, принимает предложения найти новые применения найденному способу.
6. Обобщенный учебно-познавательный интерес	Интерес возникает не зависимо от внешних требований и выходит за рамки изучаемого материала.	Интерес – постоянная характеристика, проявляется выраженное творческое отношение к общему способу решения задач, стремится получить новую информацию. Имеется мотивированная избирательность интересов.

Уровень сформированности действий контроля		
1. Отсутствие контроля	Не контролирует учебные действия, не замечает допущенных ошибок.	Не может обнаружить и исправить даже по просьбе педагога, некритично относится к исправленным ошибкам в своих работах и не замечает ошибок у других.
2. Контроль на уровне не произвольного внимания	Контроль носит случайный не произвольный характер, заметив ошибку, обучающийся не может обосновать своих действий.	Действует неосознанно, предугадывает правильное направление действия, сделанные ошибки исправляет неуверенно, в малознакомых действиях ошибки допускает чаще, чем в знакомых.
3. Потенциальный контроль на уровне произвольного внимания.	Осознает правила контроля, но затрудняется одновременно выполнять учебный действия и контролировать их; исправляет и объясняет ошибки.	В процессе решения задач контроль затруднён, после решения может найти и исправить ошибки, в многократных повторенных действиях ошибок не допускает.
4. Актуальный контроль на уровне произвольного внимания.	При выполнении действия ориентируется на правило контроля и успешно использует его в процессе решения задач, почти не допуская ошибок.	Ошибки исправляет самостоятельно, контролирует процесс решения задачи другими обучающимися, при решении новой задачи не может скорректировать правила контроля с новыми условиями.
5. Потенциальный рефлексивный контроль	Решая новую задачу, применяет старый не адекватный способ, с помощью педагога обнаруживает это и пытается внести коррективы.	Задачи, соответствующие усвоенному способу, выполняет безошибочно. Без помощи педагога не может обнаружить несоответствие усвоенного способа действия новым условиям.
6. Актуальный рефлексивный контроль	Самостоятельно обнаруживает ошибки, вызванные несоответствием усвоенного способа действия и условий задачи, и вносит коррективы.	Контролирует соответствие выполняемых действий способу, при изменении условий вносит коррективы в способ действия до начала решения.
Уровни сформированности действий оценки		
1. Отсутствие оценки	Не умеет, не пытается и не испытывает потребности оценивать свои действия- ни самостоятельно, ни по просьбе педагога.	Всецело полагается на оценку педагога, воспринимает ее некритически (даже в случае занижения), не воспринимает аргументацию

		оценки; не воспринимает аргументацию оценки; не может оценить свои силы относительно решения поставленной задачи.
2. Адекватная ретроспективная оценка.	Умеет самостоятельно оценить свои действия и содержательно обосновать правильность или ошибочность результата, соотнося его со схемой действия.	Критически относится к оценкам педагога; не может оценить своих возможностей перед решением новой задачи и не пытается этого сделать; может оценить действия других обучающихся.
3. Неадекватная прогностическая оценка.	Приступая к решению новой задачи, пытается оценить свои возможности, однако при этом учитывает лишь – знает он её или нет, а не возможность изменения известных ему способов действия.	Свободно и аргументированно оценивает уже решенные им задачи; пытается оценивать свои возможности в решении новых задач, часто допускает ошибки, учитывает лишь внешние признаки задачи, а не её структуру, не может этого сделать до решения задачи.
4. Потенциально адекватная прогностическая оценка.	Приступая к решению новой задачи, может с помощью педагога оценить свои возможности для её решения, учитывая изменения известных способов действия.	Может с помощью педагога обосновать свою возможность или невозможность решить стоящую перед ним задачу, опираясь на анализ известных ему способов действия; делает это не уверенно, с трудом.
5. Актуально- адекватная прогностическая оценка.	Приступая к решению новой задачи, может самостоятельно оценить свои возможности в её решении, учитывая изменения известных способов действия.	Самостоятельно обосновывает еще до решения задачи свои силы, исходя из четкого осознания усвоенных способов и их вариаций, а также границ их применения.

Выявления уровня работоспособности

Теплинг-тест (определение свойств нервной системы по психомоторным показателям)

Определение основных свойств нервной системы имеет большое значение в теоретических и прикладных исследованиях. Многие из лабораторных методов диагностики основных свойств нервной системы требуют специальных условий проведения и аппаратуры. Они трудоемки. Этих недостатков лишены экспресс-методики, в частности, теплинг-тест.

Оборудование. Стандартные бланки, представляющие собой листы бумаги (203x283), разделенные на шесть расположенных по три в ряд равных прямоугольника, секундомер, карандаш.

Инструкция: "По сигналу экспериментатора Вы должны начать проставлять точки в каждом квадрате бланка. В течение 5 секунд необходимо поставить как можно больше точек. Переход с одного квадрата

на другой осуществляется по команде экспериментатора, не прерывая работу и только по направлению часовой стрелки. Все время работайте в максимальном для себя темпе. Возьмите в правую (или левую руку) карандаш и поставьте его перед первым квадратом стандартного бланка". Экспериментатор подает сигнал: "Начали", а затем через каждые 5 секунд дает команду: "Перейти на другой квадрат". По истечении 5 секунд работы в 6-м квадрате экспериментатор подает команду: "Стоп".

Обработка результатов включает следующие процедуры:

1. подсчитать количество точек в каждом квадрате;
2. построить график работоспособности, для чего отложить на оси абсцисс 5-секундные промежутки времени, а на оси ординат - количество точек в каждом квадрате.

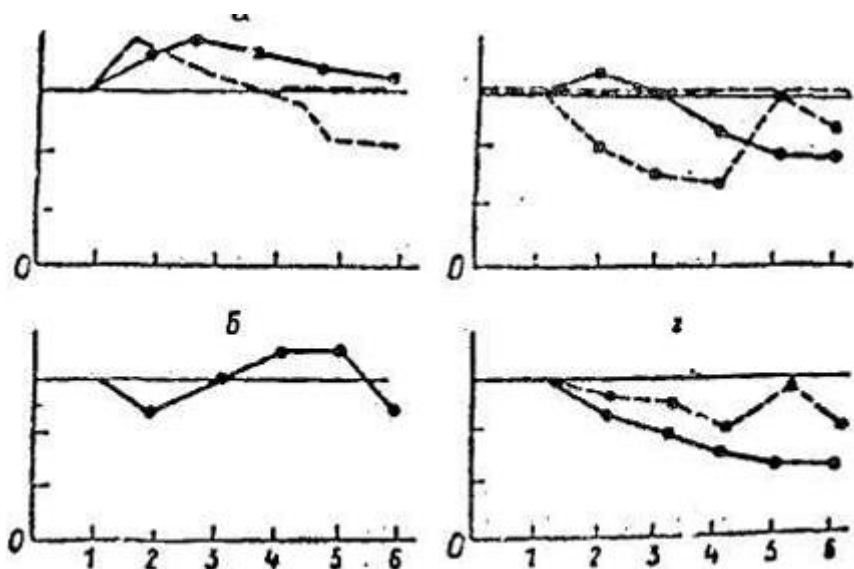
Анализ результатов. Сила нервных процессов является показателем работоспособности нервных клеток и нервной системы в целом. Сильная нервная система выдерживает большую по величине и длительности нагрузку, чем слабая. Методика основана на определении динамики максимального темпа движения рук. Опыт проводится последовательно сначала правой, а затем левой рукой. Полученные в результате варианты динамики максимального темпа могут быть условно разделены на пять типов:

— *выпуклый тип*: темп нарастает до максимального в первые 10-15 секунд работы; в последующем, к 25-30 сек, он может снизиться ниже исходного уровня (т.е. наблюдавшегося в первые 5 секунд работы). Этот тип кривой свидетельствует о наличии у испытуемого сильной нервной системы;

1. *ровный тип*: максимальный темп удерживается примерно на одном уровне в течение всего времени работы. Этот тип кривой характеризует нервную систему испытуемого как нервную систему средней силы;
2. *нисходящий тип*: максимальный темп снижается уже со второго 5-секундного отрезка и остается на сниженном уровне в течение всей работы. Этот тип кривой свидетельствует о слабости нервной системы испытуемого;
3. *промежуточный тип*: темп работы снижается после первых 10-15 секунд. Этот тип расценивается как промежуточный между средней и слабой силой нервной системы — средне-слабая нервная система;
4. *вогнутый тип*: первоначальное снижение максимального темпа сменяется затем кратковременным возрастанием темпа до исходного уровня. Вследствие способности к кратковременной мобилизации такие испытуемые также относятся к группе лиц со средне-слабой нервной системой.

Тест используется обычно в комплексе с другими, измеряющими разноуровневые характеристики личности. Особенно полезен при профориентации и для психологического консультирования по совершенствованию индивидуального стиля деятельности. Тестирование проводится индивидуально, занимает не более 2 минут.

Рис. 1.1. Типы динамики максимального темпа движений.



Графики: а — *выпуклого типа*; б — *ровного типа*; в — *промежуточного и вогнутого типов*; г — *нисходящего типа*. Горизонтальная линия—линия, отмечающая уровень начального темпа работы в первые 5 секунд.

Таблица для выявления общего уровня процента усвоения образовательной программы

Фамилия Имя	Высокий	Средний	Низкий

	Название раздела	Балл	Оценка	Процент	Уровень
	Предметная				
1	Общая физическая подготовка				
2	Акробатика				
3	Пластика				
4	Эквилибристика				
5	Жонглирование				
6	Воздушная гимнастика				
7	Клоунада				
8	Скакалка				
9	Игры с тарелочками, хула-хупами, тростями, пои и диаволо				

10	Хореография				
11	Актерское мастерство				
12	Музыкальная подготовка				
13	Основы техники безопасности				
14	Беседы об истории цирка				
	Межпредметная				
15	Открытое занятие				
16	Конкурсное выступление				
17	Концертное выступление				
	Личностная				
18	Посещаемость				
19	Удовлетворенность образовательным процессом				
20	Социализация				
21	Самооценка учебных возможностей				
22	Учебно – познавательный интерес				
23	Выявления уровня работоспособности				

Для создания фонда оценок каждого обучающегося используются «Карты личных достижений»:

Фото3*4 обучающегося		ФИО обучающегося, дата рождения. Год вступления в студию		
Период	Название раздела	Вид диагностики	Результат	Подпись преподавателя

Форма и время проведения диагностики по данной программе могут варьироваться. Это могут быть показательные выступления, концерты или участие в представлениях.

По завершению обучения по данной программе проводится итоговый контроль, выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании дополнительной общеразвивающей программы.

Критерии оценок.

По итогам экзамена выставляется оценка «высокий», «средний», «базовый»

При прохождении итогового контроля выпускник должен продемонстрировать знания, умения, навыки в соответствии с программными требованиями и сценарием номера.

Итоговая оценка включает в себя комплекс оценочных средств, учитывающих промежуточные оценки, оценки выступлений на различных мероприятиях.

В концертной группе критерием выполнения программы является готовность для показа намеченных по плану на данный год номеров. Номер готов к исполнению, если ребенок выполняет все элементы номера, поставленные трюки, выполняет танцевальную часть номера чисто (вытянуты носки, колени, прямая осанка), точно выполняется последовательность танцевальных па в соответствии с музыкой.

Неосвоенный материал переносится на следующий год.

Объективной оценкой успеваемости всего циркового коллектива в целом, является участие коллектива в конкурсах и фестивалях, где оценивается чистота, сложность, новизна исполнения подбор музыкального сопровождения, яркость и оригинальность костюмов компетентными судьями.

«свидетельство»

(название учреждения)
Свидетельство № _____

Настоящее свидетельство выдано _____

_____ в том, что он (она) в _____ г. поступил (а) в цирковую студию

_____ и в 20 _____ г. окончил (а) обучение по программе

Название жанра	Уровень освоения

Директор _____

Педагоги по жанрам:

_____/_____/_____
_____/_____/_____
_____/_____/_____

« _____ » _____ 20 _____ г.

М. П.

Методические материалы :

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации обр. процесса	Дидактические материалы	Формы подведения итогов	Тех. оснащение
1	Общефизическая подготовка	Групповые Индивидуальные- групповые	1. Устное изложение сути элемента, упр. 2. Показ, исполнение педагогом или учащимся студии 3. Наблюдение за исполнением упражнения другими обучающимися студии 3. Тренировочный процесс, Выполнение упражнений	Фото, видео материалы	Диагностические тесты, открытый урок	Гимнастические скамейки, гимнастические кольца, дорожка акробатическая, канат для лазания
2	Основы безопасности в цирковой студии.	Групповые, Индивидуальные- групповые	1. Устное изложение 2. Показ, исполнение педагогом или учащимся студии			
3	Музыкальная подготовка	групповые	Рассказ, наблюдение	аудиозаписи	Наблюдение, тестирование.	Аудиозаписи (интернет)
4	Проведение праздников.	коллективные			праздник	Актальный зал,
5	История циркового искусства	Групповые, коллективные	Беседа, рассказ	Книги, журналы (интернет)	тестирование	Акутовый зал

6	Пластика и гимнастика	Групповые Индивидуально-групповые, индивидуальные	1. Устное изложение сути элемента, упр. 2. Показ, исполнение педагогом или учащимся студии 3. Наблюд. за исполн. упр. другими обучающимися студии 3. Тренировочный процесс, Выполнение упражнений	Фотографии, видеоматериалы	1. диагностические тесты 2. открытый урок	Скамейки гимнастические, ковёр, маты, акробатическая дорожка, скакалки, ленты, хула-хупы
7	Акробатика	Индивидуально-групповые, индивидуальные	1. Устное изложение сути элемента, упр. 2. Показ, исполнение педагогом или учащимся студии 3. Наблюд. за исполн. упр. другими учащимися студии 3. Тренировочный процесс, Выполнение упражнений	Фотографии, видеоматериалы	1. Диагностические тесты 2. Конкурс, концерт 3. открытый урок	ковёр, маты, акробатическая дорожка, батут, страховочн. лонжа
8	Хореография.	Индивидуально-групповые,	1. Устное изложение сути	Фото, видео материалы	1. диагностические тесты 2. конкурс,	Станок хореографический, зеркала

		индивидуальные	элемента, упр. 2. Показ, исполнение педагогом или учащимся студии 3. Наблюд. за исполн. упр. другими обучающимися студии 3. Тренировочный процесс, Выполнение упражнений		концерт 3. открытый урок 4. тестирование	
9	Жанровая подготовка	индивидуальные	1. Устное изложение сути элемента, упр. 2. Показ, исполнение педагогом или учащимся студии 3. Наблюд. за исполн. упр. другими обучающимися студии 3. Тренировочный процесс, Выполнение упражнений	Фотографии, видеоматериалы Книги по изучению цирковых жанров, схематические рисунки	1. тестирование 2. конкурс, концерт 3. открытый урок	Реквизит подвесной для воздушной гимнастики (кольцо, корд де парель, бамбук), столы для пластических этюдов, столы для эквилибра на стоялках, мячи для жонглирования, реквизит для антипода, цилиндры для эквилибра на катушках, моноциклы, музыкальный центр

Конспект учебного занятия

Тема: «Подвижные игры, как метод развития физических и умственных способностей детей»

Тип занятия: соревнование.

Цель: Сформировать общее представление о подвижных командных играх.

Задачи:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
2. Закрепление навыков выполнения цирковых трюков из разных жанров; проверка теоретических знаний.
3. Воспитание у обучающихся чувства товарищества, дисциплинированности, уважительного отношения к соперникам по состязанию.

Формы и виды учебной деятельности: занятие построено на основе игровой технологии. Используются методы - словесный, наглядный, индуктивный и дедуктивный (их оптимальное сочетание способствует развитию логического и предметного мышления). Индуктивные и дедуктивные методы обучения характеризуют исключительно важную особенность методов - способность раскрывать логику движения содержания учебного материала. Применение индуктивных и дедуктивных методов означает выбор определенной логики раскрытия содержания изучаемой темы - от частного к общему и от общего к частному.

Пояснительная записка

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благоприятное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и умственных способностей.

Подвижная игра с правилами - это сознательная двигательная активная деятельность ребёнка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим всестороннему развитию личности ребенка.

Работая преподавателем циркового искусства, отмечаю, что дети приходят на занятия - легковозбудимые, внимание их рассеяно. На своих занятиях, для создания положительной эмоциональной обстановки и успешной учебной деятельности, стараюсь использовать различные методы и формы обучения. В том числе и подвижные игры, в ходе которых не только закрепляются имеющиеся знания, умения и навыки, но и формируются новые.

Ход занятия

Часть занятия, время	Содержание	Инвентарь
Вводная (2 минуты)	Организационный момент: -Построение и приветствие всех участников занятия; -Краткий обзор предыдущего занятия; -Введение в предлагаемый материал занятия; -Краткий инструктаж по технике безопасности.	Журнал посещаемости.
Основная (40 минут)	Формирование команд. Назначение капитанов, судьи. 1. «Кто внимательнее» Участники команд строятся в шеренгу перед руководителем. Расстояние между игроками – шаг, между ними и ведущим – 6-8 шагов Руководитель подаёт и выполняет команды: «Равняйся», «Смирно», «Руки вперед», «Присесть» и т.п. Команду выполняют только в том	Школьная доска для ведения счёта.

	<p>случае, когда перед ней произносят приставку «И». Игрок, выполнивший команду без этого дополнительного слова, ошибся. Он делает шаг вперёд и продолжает игру. При повторной ошибке – ещё шаг вперёд и т.д. Через 3-4 минуты игру заканчивают. Отмечают самых внимательных, оставшихся на месте то, есть победителей.</p>	
	<p>2.«Передал – садись» Две колонны игроков встают на расстоянии 3–4 шагов одна от другой. Расстояние между игроками – длина вытянутых рук, положенных на плечи впереди стоящих. В 5-6 шагах перед колонной проводят черту, за которую встают по одному представителю от команды – капитану. По сигналу капитану передают мяч (двумя руками от груди или другим способом) первому игроку своей команды, который ловит и возвращает обратно, сразу же принимая упор присев. Каждый, сделавший ответную передачу приседает. Когда последний в колонне игрок отдаст мячу капитану, то вся команда встает.</p> <p>3.«Весёлые скакалки» Две колонны игроков встают на одинаковом расстоянии от фишек. По команде на скорость выполняют элементы со скакалкой: «Вертолет», «Карлесон», «Волчок», «Болванчик».</p> <p>4.«Вокруг стульев» Два стула ставят спинками друг к другу на расстоянии 5-8 шагов один от другого. Под стульями на полу протягивают скакалку так, чтобы его концы были видны. Игроки распределяются на пары. Двое играющих садятся на стулья спиной друг к другу. По сигналу руководителя, каждый из них бежит в одну сторону обегая стул соперника пока руководитель не скажет «стоп», после этого слова участники должны сесть на свободный стул и дёрнуть скакалку к себе. Победил тот участник, который выдернул скакалку к себе.</p>	<p>Спортивные мячи (по количеству команд).</p> <p>Два стула, скакалки по количеству участников.</p>

	<p>5.«Большая скакалка» Две команды выстраиваются по центру скакалки и выполняют парный заход, затем «ручеек», затем «автобус». Выигрывает команда, в которой останется больше игроков.</p> <p>6.«Быстрый счёт» В игре участвуют две команды. У всех игроков в руках таблички с номерами. Перед каждой командой лежит коврик. Руководитель говорит пример, например, «к 8 прибавить 5» играющие каждой команды должны быстро подсчитать результат, и двое из тех, у кого таблички с цифрами (в данном случае 1 и 3) должны подбежать на свой коврик и составить число (в данном случае 13). Команда, сделавшая это быстрее, побеждает.</p> <p>6.«Кто быстрее» Игроки рассчитываются по порядку номеров и образуют круг. Первый номер получает палку и, придерживая рукой, ставит её на середину круга. Руководитель называет номер, первый участник отпускает палку и бежит на своё место. Вызванный игрок должен быстро подбежать и схватить её, пока она не упала. Если это удаётся, то команда получает штрафной балл. Побеждает та команда, у которой меньше штрафных баллов.</p> <p>7.«Режиссеры» Команды получают одинаковые наборы из бумажных клоунов и реквизита. Задача за 1 минуту создать цирковой номер. Выигрывает команда, композиция которой окажется наиболее интересной и у которой останется меньше неиспользованных фигурок.</p>	<p>Большая скакалка.</p> <p>Таблички с числами от 1-8. Примеры:</p> <p>Две спортивных палочки.</p> <p>Наборы из бумажных фигурок.</p>
<p>Заключительная (3 минуты)</p>	<p>Подведение итогов. Награждение команд. Рефлексия «Шкала эмоций». Уборка инвентаря. Построение. Рассказ о теме следующего занятия. Цирковой поклон.</p>	<p>Призы по количеству участников.</p>

Музыкальное сопровождение: ноутбук, колонки, фонотека цирковой студии «Сюрприз».

Методические указания для выполнения номера на трапеции:

Предлагаемый номер — сольное выступление девушки на трапеции. Исполняются две несложные комбинации. Костюм гимнастки должен быть легким и не стеснять движений, желателен светлого цвета. Можно выступать и в обычном, хорошо облегающем купальнике, украшенном блестками и поясом.

После того как номер объявлен, гимнастка выходит из кулис, раскрывая руки в сторону зрителей. Затем, подняв одну руку в направлении трапеции, подходит к веревочной лестнице или канату. Быстро взбирается и садится на трапецию, держась руками за веревки так, чтобы зрительный зал был от нее справа. Во время подъема лестницу или канат держит помощник, а затем убирают лестницу в сторону. Эта небольшая пауза необходима гимнастке для отдыха. Держась руками за веревки ниже, она опускается на подкалены, перехватывает руками трапецию, опускает ноги и из виса начинает исполнять первую комбинацию; размахивание в висе — переворот назад в упор, спад назад в вис, продев обе ноги под трапецию, — вис на подколенных. Поочередно снимая ноги, делает вис на правой и левой подколенных.

Взявшись руками за трапецию, опустившись в вис сзади и мягко отпустив одну руку, выполняет пируэт (поворот на 360 градусов), держась за трапецию другой рукой. Закончив пируэт, гимнастка берет свободной рукой трапецию и повторяет то же самое, не отпуская другую руку и исполняя пируэт в другую сторону. После этого, продев ноги, делает мах на двух подколенных назад и вторым махом вперед берется за веревки и садится на трапецию. Отрывая одну руку и поворачивая туловище, делает комплимент в сторону зрителей.

После непродолжительной паузы начинается вторая комбинация: сидя на трапеции, гимнастка берется руками за веревки повыше, подтягивается и встает ногами на трапецию, исполняет флажок, стоя. Перехватив кисти так, чтобы руки были впереди веревок на уровне верхней части бедер, делает кувырок вперед, садится на трапецию. Флажок в висе. Закончив флажок, садится на трапецию и, держась руками за веревки, а затем, отпустив их, держит баланс на спине. После этого, взявшись руками за веревки, соскальзывает на подколенные суставы, перехватывает руками трапецию (к этому моменту помощник подал канат в первоначальное положение), захватывает ногами канат и спускается на сцену. Несколько шагов в сторону зрителей, комплимент — и гимнастка убегает за кулисы.

Техника выполнения упражнений.

Размахивание в висе — поднять прямые ноги немного ниже горизонтального положения, быстрым движением опустить их вниз — назад и прогнуться. При разучивании упражнения, махи в висе необходимо повторять по 4—6 раз. Они должны быть сильными, но эластичными — без обрывов и резких рывков. Переворот назад в упор — после размахивания в висе, вторым махом вперед быстро поднять ноги так, чтобы бедра оказались на уровне трапеции, а носки — над ней. Подтягиваясь на руках и поднимая туловище вверх, закончить переворот в упор прямыми руками на трапецию. Начинать рекомендуется с помощью руководителя.

Спад из упора в вис — ноги подаются вперед, а туловище назад. Мягко перейти в вис. Следить, чтобы спад был без обрывов и начинался с движения ногами вперед. Вис на одном подколенном суставе — из виса на двух подколенных суставов (ноги вплотную одна к другой, руки раскрыты в стороны, спина незначительно прогнута) спокойно выпрямить одну ногу до вертикального положения, так же плавно отвести ее в сторону и опустить вниз. Зафиксировав положение, проделать все движения в обратном порядке. Этот вис исполняется на обеих ногах поочередно, а все движения обязательно должны быть мягкими, без рывков.

Пируэт в висе сзади — опуститься в вис сзади как можно ниже, отпустить одну руку и, открыв ее в сторону, выполнить поворот на 360 градусов, держась за трапецию другой рукой. Это упражнение

желательно исполнить два раза — в разные стороны.

Флажок стоя — стоя ногами на трапеции, поставить их серединой стопы вплотную к веревкам, наклонить туловище назад и выпрямить руки. Ноги и туловище составляют одну прямую линию. Опираясь ногами на трапецию, отпустить левую руку и, разворачивая туловище и ноги влево, выполнить флажок с поворотом на 270 градусов. Обратным движением встать в исходное положение. Подготовительным упражнением может быть простая оттяжка назад, выпрямляя руки, но, не отпуская левой.

Кувырок вперед — взяться руками за веревки, как было указано выше, и, выпрямляя их, наклонить туловище вперед — вниз. Повиснув на руках, медленно выполнить кувырок вперед, не сгибая ног, и мягко сесть на трапецию.

Флажок в висе — сидя на трапеции, взяться правой рукой за веревку как можно выше, а левой за трапецию, там, где левый угол трапеции и веревка образуют угол. Левая рука незначительно согнута, находится впереди веревки и прижата к ней локтевым суставом. Повиснув на правой руке, максимально согнуть ноги, подтягивая их к туловищу, а левой рукой вывести трапецию из-под ног и отвести ее влево. Одновременно с движением левой рукой выпрямить ноги, слегка прогнуться, а голову незначительно наклонить назад. Согнуть ноги и обратным движением левой рукой провести под них трапецию, сесть в исходное положение. Подготовительное упражнение: повиснув на правой руке, сгибать ноги так, чтобы можно было свободно выводить трапецию левой рукой.

Начинать репетиции следует с освоения перечисленных упражнений каждого отдельно. Необходимо достигнуть правильного и очень легкого их исполнения. Мышечное напряжение не должно быть заметным. Для этого надо многократно повторять все упражнения и комбинации даже в том случае, если они исполняются правильно и уверенно. Только после того, как будет достигнута необходимая четкость исполнения каждого из элементов, а также движений, их связывающих, рекомендуется переходить к репетициям комбинаций.

Репетиции следует проводить на небольшой высоте, чтобы гимнастка не задевала ногами пол, и в одинарной лонже. Лонжа — веревка, пропущенная через блок. На одном конце ее — пояс для гимнастки, другой держит руководитель занятий. Руководитель должен следить, чтобы веревка не была ослаблена. Блок укрепляется повыше, примерно на метр в стороне от трапеции.

Трапецию можно сделать из куска обыкновенной водопроводной трубы сечением 20—22 мм. Ширина — 60—65 см. Ровно обмотать ее плотной и прочной тканью в 1—2 слоя. Во время обмотки ленту следует хорошо пропитать казеиновым клеем. В веревки обязательно вплетается тонкий стальной трос (2 мм) и вместе они укрепляются на концах трубы так, чтобы исключалась возможность ее вращения и обрыва. Углы, образованные концами трубы и веревками, плотно обмотать бинтами.

Следует учесть, что успех выступления во многом зависит от того, как гимнастка держится на сцене и на трапеции. Все ее жесты, движения, вплоть до исполнения самих трюков, должны быть пластичными, мягкими и красивыми. Для этого наряду с освоением элементов гимнастики на трапеции рекомендуется заниматься в хореографическом коллективе. Эти занятия разовьют у исполнительницы чувство ритма. Большое значение при постановке подобного номера имеют занятия с режиссером, который поможет исполнительнице достичь артистичности, необходимой для выступлений перед зрителем.

Мотивация обучающихся:

Важное значение в реализации поставленных целей и задач имеет заинтересованность как обучаемых, так и обучающихся в своей деятельности. В связи с этим используются различные методы создания положительной мотивации у обучающихся:

Эмоциональные:

- Ситуации успеха;
- Поощрение и порицание;
- Свободный выбор задания (со второго полугодия);
- Удовлетворение желания быть значимой личностью.

Волевые:

- Предъявление образовательных требований
- Формирование ответственного отношения к получению знаний и умений
- Информирование о прогнозируемых результатах образования

Социальные:

- Развитие желания быть полезным обществу
- Создание ситуации взаимопомощи, взаимопроверки и заинтересованности в результатах коллективной работы.

Познавательные:

- Опора на субъективный опыт ребенка
- Решение творческих задач
- Создание проблемных ситуаций

Оздоровительные.

В цирковой студии используется большое разнообразие методов проведения занятий:

А) Словесные методы обучения:

- Устное изложение сути номера, этюда, элемента, упражнения.
- Анализ структуры концертного номера, анализ музыкального сопровождения.
- Беседа (например, об истории цирка, о технике безопасности, обсуждение выступления).

Б) Наглядные методы обучения:

•Показ видеоматериалов выступлений и фестивалей, и просмотр фотографий, иллюстраций в специальной литературе.

- Показ, исполнение педагогом или учащимся студии
- Наблюдение за исполнением номера или упражнения другими обучающимися студии

В) Практические методы обучения:

- Тренировочный процесс
- Выполнение хореографических, акробатических, гимнастических упражнений

По уровню самостоятельной деятельности детей используются такие методы, как:

Г) Объяснительно – иллюстративные и репродуктивные, которые используются, в основном, на первых годах обучения, когда дети воспринимают и усваивают способы выполнения тех или иных упражнений, элементов.

Д) Частично – поисковые методы используются при постановке концертного номера, детям дается возможность применить свои творческие способности, фантазию, добавить, что - то свое или придумать такую композицию или связку элементов, которую будет удобней выполнять, или такую, которая будет наиболее сложна и интересна.

Е) Исследовательские методы обучения используются, как правило, тогда, когда обучающийся выбрал цирковой жанр, в котором он хочет работать. Учащемуся предоставляется максимально возможная самостоятельность в исследовании своих возможностей в данном жанре, своей фантазии, творческих способностей. Юный артист изучает возможности предметов, с которыми он работает, циркового реквизита. Ученик самостоятельно стремится расширить свои знания в области выбранного жанра, внимательно следит за выступлениями других артистов этого жанра, находит фото-видео материалы с записями выступлений, изучает, анализирует их, делает самостоятельные выводы,

придумывает новые элементы и трюки, самостоятельно находит интересный образ для создания циркового номера.

В первый год обучения преобладают групповые и индивидуально - групповые формы деятельности учащихся. Также на начальном этапе обучения деятельность детей организовывается по звеньям. Часто занятие разделено на несколько частей, например, – первая часть может быть организована в виде игры (как правило, это игры на силу быстроту, внимательность и выносливость), а другая часть в форме репетиции.

Важной формой проведения занятий для детей первых лет обучения является открытый урок, который проводится 1-2 раза в год. Занятия носят методический характер и проводятся для поднятия профессионального уровня педагогов, а также ознакомления родителей с уровнем освоения детьми программы обучения. Через такие занятия родители приобщаются к процессу обучения и воспитания.

Групповые занятия применяются во время разучивания или тренировки общих для всех жанров разделов (акробатика, общеразвивающие упражнения и т.д.). Для концертной группы наиболее частыми являются коллективные (ансамблевые) формы работы, также используются индивидуальные формы деятельности (например, подготовка сольного номера). Значение индивидуальных занятий очень велико при непосредственной подготовке программ и концертных номеров, показательных выступлений и конкурсов. Для повышения эффективности здесь значительно сокращается количество учащихся у педагога, готовящего выступление и, наоборот, увеличивается время работы с каждым участником или номером. Большое внимание уделяется отработке упражнений, чистоте исполнения, страховке. Увеличивается интенсивность занятий.

Очень важными для юных артистов являются такие формы занятий, как концерт, праздник, фестиваль, которые проводятся 5-10 раз в год.

Список методических пособий

1. Индюкова Л.Н., Блужина Ю.В.

Методическое пособие для начинающего преподавателя цирковой студии «Три кита циркового искусства»

2. Блужина Ю.В.

Иллюстрированное методическое пособие по жанру «Каучук»

3. Индюкова Л.Н.

Иллюстрированное методическое пособие
«Парные и групповые упражнения в акробатике»

4. Блужина Ю.В.

Пособие для руководителей и воспитанников цирковой студии
«Занятия актерским мастерством в детской цирковой студии»

5. Блужина Ю.В.

Методическое пособие по общей физической подготовке в детской цирковой студии.

6. Индюкова Л.Н. Методическое пособие «История цирка»

7. Блужина Ю.В. Методическая разработка «Портфолио»

Условия реализации программы:

Представленная программа имеет свои особенности:

Как и любой учебный процесс, процесс обучения цирковому искусству строится на дидактических принципах, но имеет свои специфические особенности, свойственные цирку. Особое внимание уделяется правильному планированию урока и строится по принципу восходящей линии. В процессе занятий на основе разнообразия упражнений нагрузка ложится на разнородные группы мышц в чередовании с короткими фазами отдыха с обязательным соблюдением правил дыхания. Каждому

преподавателю предоставляется право самостоятельного построения урока для совершенствования пройденных и изучаемых упражнений. Организация репетиций, проведение их в нужном темпе с правильной дозировкой нагрузки, гибкий индивидуальный подход к каждому ученику, атмосфера и место проведения занятий - все это является необходимым условием для того, чтобы расширить границы знаний в области циркового искусства и привить обучающимся стремление к сознательному, прочному и высококачественному усвоению программного материала.

Занятия цирковыми дисциплинами развивают быстроту реакции, чувство координации и ориентировку в пространстве, совершенствуют вестибулярный аппарат, воспитывают высокие морально-волевые качества и культуру тела и в целом укрепляют здоровье.

Сконцентрированность на интенсивном изучении программы и регулярность посещения тренировок гарантирует обучаемым усвоение рекомендуемого репертуара в установленные сроки. Для наиболее успешных и одарённых обучающихся предусмотрен дополнительный трюковой диапазон. Программа рассчитана на массовую аудиторию и может быть освоена любым практически здоровым человеком. Настоящая образовательная программа рассчитана на 5 лет обучения. В коллективе занимаются дети от 6 до 18 лет. Занятия проводятся в просторном, светлом, хорошо проветриваемом зале.

В группу 1-го года обучения принимаются обучающиеся студии, прошедшие 3 - ой год обучения по программе «Путь к цирковому манежу» и дети не старше 15-ти лет, занимавшиеся ранее акробатикой, гимнастикой, либо в другом цирковом объединении. Режим занятий 3 раза в неделю по 2 академических часа.

В группы 2-го и 3-го годов обучения принимаются воспитанники студии, закончившие предшествующие года обучения и дети не старше 18-ти лет, занимавшиеся ранее акробатикой, гимнастикой или в другом цирковом объединении. Режим занятий: 3 раза в неделю по 3 академических часа.

Группа 3-го года обучения является “концертной”, в которой могут оказаться некоторые наиболее одарённые и успешные обучающиеся из младших групп для реализации творческих проектов. Режим занятий групп 2-го, 3-го, 4-го и 5-го годов обучения 3 раза в неделю по 3 академических часа.

Материальное обеспечение программы:

Процесс обучения без современных и надежных технических средств немыслим. Они крайне необходимы для правильного и безопасного обучения сложнейшей технике, ускоренному, правильному обучению, страховке. К ним относятся:

1. Репетиционный зал
2. Аудио- и видеоаппаратура. Собрание музыкальных дисков для постановки номеров (постоянно должно обновляться).
3. Спортивные снаряды и инвентарь (акробатические дорожки, ковёр, маты, канат, скамейки, мячи, скакалки, ленты, обручи). Станок для занятий хореографией. Зеркала.
4. Цирковой реквизит (снаряды для воздушной гимнастики – канат, кольцо, полотно, трапеция, бамбук, петли), реквизит для номера антипод, «стоялки» для эквилибра; столы для пластических этюдов; мячи, кольца, булавы для жонглирования; большие цирковые скакалки для номера; реквизит для фокусов; хула-хупы 20 шт., лестница – стремянка для номера «Березка»; моноциклы), шар.
5. Страховочные ремни, подвесные пояса (лонжи), страховочные троса, крепления.
6. Неотъемлемой частью материального обеспечения являются костюмы для выступлений (40-50 шт.)

