

Комитет по делам образования г. Челябинска  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр г. Челябинска»

Принято на заседании  
методического совета  
Протокол № 4 от 11.05.2023

Утверждаю:

Директор МБУДО «ДЮЦ»

Л. В. Туфленков



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Цирковое искусство»**  
Возрастная категория учащихся: 7-10 лет  
срок реализации: 4 года

Автор-составитель:  
Попова Елена Геннадьевна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Челябинск  
2023

**I. Информационная карта**  
дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы  
«Цирковое искусство»

Тип программы	Модифицированная
Образовательная область	физическая культура, искусство
Направленность деятельности	художественная
Способ освоения содержания программы	репродуктивный, творческий
Уровень освоения содержания программы	базовый
Возрастной уровень реализации программы	7-10 лет
Форма реализации программы	групповая, подгрупповая, индивидуальная
Продолжительность реализации программы	4 года
Год разработки программы	2011год

## II. Комплекс основных характеристик программы

### Пояснительная записка

**Направленность программы.** Программа «Цирковое искусство» представляет собой комплекс занятий для детей младшего школьного возраста художественной направленности в области циркового искусства: развитие пластики тела; обучение основам актёрского мастерства, элементам хореографии, коллективной творческой деятельности; владение цирковыми предметами.

Программа является модифицированной, разработана на основе типовой программы Дворца детского и юношеского творчества Кировского района г.Санкт-Петербурга, 2010 г., а также образовательной программы «Основы физического воспитания» под редакцией И.А. Винер-Усмановой.

Основная задача правительственной стратегии модернизации образования состоит в достижении нового качества – качества, которое отвечает требованиям, предъявляемым к личности в современных быстро меняющихся социально–экономических условиях. Эти требования заключаются в достижении воспитанником системы универсальных ключевых компетентностей, позволяющих реализовать себя в условиях информационного общества.

В рамках

- ценностно-смысловых компетенций в программе реализуется умение выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения.
- общекультурных компетенций – владение эффективными способами организации свободного времени.
- учебно-познавательных компетенций – использование различных методов познания: сенсорных, мыслительных, аналитических, рефлексивных и др.
- информационных компетенций – владение современными средствами информации: поиск, анализ и отбор необходимой информации.
- коммуникативных компетенций – способы взаимодействия с окружающими людьми; навыки работы в группе, коллективе.
- социально-трудовых компетенций – владение различными социальными ролями, знакомство с профессией «артист цирка».
- компетенций личностного самосовершенствования – развитие необходимых современному человеку личностных качеств.

Для самостоятельной работы обучающегося в период неблагоприятной эпидемиологической ситуации (карантина, самоизоляции и т.д.) программой предусмотрены занятия с применением дистанционных образовательных технологий. Занятия разработаны в соответствии с «Положение МБУДО ДЮЦ о дистанционном образовании» по основным разделам дополнительной образовательной программы. Включают в себя: теорию, практику и закрепление полученного материала. Обратная связь с обучающимся и его родителями осуществляется через электронные сообщения. Разработки дистанционных занятий по основным темам программы приведены в Приложении к Программе.

Примеры заданий можно найти на сайте ДЮЦ в разделе Дистанционное обучение: <http://dyc74.ru/>

### **Нормативно-правовая база**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Цирковое искусство» разработана на основании нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность дополнительного образования:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022г. №678-р);
- Национальный проект «Образование» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. №16) «Успех каждого ребёнка», «Цифровая образовательная среда», «Молодые профессионалы», «Социальная активность»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27 июля 2022 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);

Документы и локальные акты учреждения:

- Устав МБУДО «ДЮЦ»;
  - Программа развития МБУДО «ДЮЦ»;
  - Программа воспитания МБУДО «ДЮЦ»;
  - Положение МБУДО «ДЮЦ» о дистанционном обучении;
  - Положение о системе оценок, форм, порядке и периодичности промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.
- см. полный список нормативных документов стр. 42

### **Актуальность программы**

Сегодня дополнительное образование – «особая сфера образования, составная часть образовательной системы России, показатель реализации прав детей на реализацию потребностей в развитии».

В центре дополнительного образования находится ребенок с его потребностями и интересами, имеющий возможность сам определять

направления собственного развития в дополнительном образовании. Потребности ребёнка, семьи, ближайшего социума в образовательных услугах расширяются и становятся более дифференцированными.

В этой связи, цирк, являясь одним из самых ярких зрелищных видов искусства, может предложить ребёнку для обучения массу разнообразных жанров и видов творчества: эквилибр, каучук, жонглирование, иллюзия, дрессура, акробатика, клоунада, игра с хула-хупами и т.д.

Программа ориентирована на:

- сохранение и укрепление физического здоровья детей;
- развитие творческих способностей ребенка;
- формирование общей культуры и личностных качеств, обеспечивающих социальную успешность.

### Отличительные особенности программы

В программе заложено использование программных средств гимнастики с ее широкими возможностями гармоничного развития через правильное выполнение базовых гимнастических упражнений, направленных на становление осанки, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие моторики, развивающих дыхание, формирующих музыкальное и эстетическое восприятие.

*Этапы* реализации программы подразделяются на ознакомительный и базовый. Эти этапы различаются степенью качества выполнения упражнений. Процесс перехода от ознакомительного этапа к базовому зависит от уровня освоения обучающимися разделов программы. У ребенка, имеющего природные данные или уже физически подготовленного, процесс перехода к базовому этапу может начаться значительно скорее.

Программа «Цирковое искусство» состоит из восьми разделов, которые в свою очередь подразделяются на подразделы.

№	Основные разделы программы	Подразделы программы			
		I год обучения	II год обучения	III год обучения	IV год обучения
1.	Развитие пластики тела	- разминка - пластика - силовые упражнения	- разминка - пластика - силовые упражнения	- разминка - пластика - силовые упражнения	- разминка - пластика - силовые упражнения
2.	Хореография	- ритмика - <u>детские танцы</u> - современные танцы	- ритмика - <u>русские-народные танцы</u> - современные танцы	- ритмика - <u>танцы разных народов</u> - современные танцы	- <u>классика</u> - <u>флеш-моб</u> - современные танцы
3.	Актёрское мастерство	- <u>мимика</u> - <u>жесты</u> - <u>постановка голоса</u>	- <u>пантомима</u> - <u>репризы</u>	- <u>сценическое движение</u> - <u>сценическая речь</u>	- <u>грим</u> - <u>костюмирование</u>
4.	Развитие цирковых умений и	-жонглирование -игра с хула-хупами	-жонглирование -игра с хула-хупами	-жонглирование -игра с хула-хупами	-жонглирование -игра с хула-хупами

	навыков	-клоунада	акробатические упражнения	акробатические упражнения	акробатические упражнения - предмет на выбор
5.	Постановка номеров	-групповые занятия - подгрупповые занятия индивидуальные занятия	-групповые занятия - подгрупповые занятия индивидуальные занятия	-групповые занятия - подгрупповые занятия индивидуальные занятия	-групповые занятия - подгрупповые занятия индивидуальные занятия
6.	Итоговое занятие	+	+	+	
7.	Промежуточная аттестация	++	++	++	+
8.	Итоговая аттестация				+

Проследим процесс **усложнения** программы по основным разделам.

▪ Раздел «Развитие пластики тела» подразделяется на разминку, пластику, силовые упражнения:

На начальном этапе обучения дети узнают последовательность разминки, правильность выполнения упражнений, значение каждого упражнения для здоровья нашего организма. Разминка необходима на протяжении всего времени обучения. Так как подготавливает мышцы и суставы для более сложных упражнений.

Пластика помогает растянуть разогретые мышцы, делает движения более красивыми. Например, усложнения пластических упражнений:

- шпагат начинают тянуть с помощью подготовительных упражнений (махи ногами, приседания), затем с переходом из «поперечного» в «правый» и «левый», потом с различным давлением извне. На заключительном этапе растяжка шпагата идет с провисанием с опоры.

- мостик начинают выполнять из положения лежа, затем прогибы сидя на коленях, далее - из положения стоя с опорой на мат различной высоты, потом просто из положения стоя и с различными вариантами стоя в мостике.

Силовые упражнения меняются по сложности и количеству:

- отжимание начинается с 4-5 раз, к концу обучения ребенок при постоянных занятиях свободно отжимается 10-12 раз.

- подтягивание начинается с опорой на одну ногу на шведской лестнице, на заключительном этапе 6-7 раз в прямом вися.

- стойка на руках сначала выполняется у стены с подводящими упражнениями (исходное положение, правильное положение рук) затем махом на точку опоры, потом из положения группировки, жимом через шпагат и различные варианты стоек.

▪ Раздел «Хореография». Так как обучение по программе включает в себя не только физическую подготовку, но и выступления с художественными цирковыми номерами, то детям предлагается познакомиться с такими видами

хореографии, как: ритмика, детские танцы, русские народные танцы, танцы народов мира, современная хореография.

- Раздел «Актерское мастерство» включает в себя такие элементы сценического мастерства, как: мимика, жесты, постановка голоса – в первый год обучения; пантомима, репризы – во второй год обучения; сценическое движение и сценическая речь – в третий год обучения; грим и костюмирование – в четвертый год обучения.

- Раздел «Развитие цирковых умений и навыков». В этом разделе обучающиеся непосредственно овладевают такими цирковыми жанрами как: жонглирование, игра с хула-хупами, акробатические этюды, эквилибр и другие по выбору ребенка. Обучение происходит от простого к сложному, от работы с одним предметом до трех-четырех, от легких акробатических упражнений к построению акробатических пар, пирамид.

Концепция программы основана на *принципах* доступности, индивидуализации, наглядности, систематичности, последовательности, вариативности, динамичности, уважения к личности ребёнка.

- Индивидуализация достигается путем установления различных задач и способов их решения при обучении.

- Наглядность обучения и воспитания предполагает как широкое использование зрительных ощущений, восприятия, образов, так и постоянную опору на свидетельства всех других органов чувств, благодаря которым достигается непосредственный эффект от программы. Наглядность - необходимая предпосылка освоения движений.

- Принцип систематичности определяет как формат проведения регулярных занятий, так и необходимость системы чередования нагрузок с отдыхом и последовательность занятий и взаимосвязи между различными сторонами их содержания.

- Благодаря принципу последовательности «от легкого к трудному» двигательный опыт, приобретенный на предыдущих ступенях, естественно подводит к новым двигательным умениям, решаются вопросы освоения детьми правильного выполнения движений. Процесс обучения начинается с того, что может ребенок выполнить на данном этапе, с какой амплитудой и какой нагрузкой, плавно переходя и отмечая то, что становится доступным на следующем этапе и т.д.

- Принцип вариативности – видоизменение упражнений и условий их выполнения, разнообразие методов их применения, обновление форм и содержания занятий – широко используется в программе.

- Принцип динамичности выражает общую тенденцию требований, предъявляемых к обучающимся по программе, которая заключается в постановке и выполнении все более трудных новых заданий, в постепенном нарастании объема и интенсивности, связанных с ними нагрузок.

- Принцип уважения к ребёнку, принятия его индивидуальности, является основой всего обучения, всего развития, всего формирования личности ребёнка как полезного члена общества.

**Технологии** программы предполагают последовательное обращение к образно-ассоциативному ресурсу, эмоциональной, ассоциативной и мышечной памяти ребенка; учитывают способности, навыки и умения, которые существуют у ребенка на сегодняшний день, включающие способности ребенка, данные с рождения, например, гибкость, музыкальность, (то, что ребенок способен делать самостоятельно) и предлагает педагогические методы воздействия, которые позволяют реализовать задачи, навыки, умения сначала только при помощи взрослого, а потом – самостоятельно.

В процессе обучения занятия физическими упражнениями совмещаются с подготовкой к концертным выступлениям, в которых используются не только средства физического развития, но и средства изображения (рисунок сценического выступления или изображения костюма); средства музыкального восприятия (подбор с участием ребенка музыкального сопровождения выступления, который соответствует задуманному образу или характеру); игровая форма передачи образа движением; контроль дыхания и выполнение элементов упражнений на счет (ритм, стих) и т.д.

Программой предусмотрены ассоциативные названия упражнения, позволяющие детям запомнить методики их выполнения посредством образного восприятия: «дракончик», «цапелька», «стульчик», «берёзка», «лягушка» и др.

#### ***Воспитательный аспект программы***

Важным условием успешности реализации данной программы является:

- создание благоприятного эмоционального климата в коллективе. На разных этапах применяются игровые методы знакомства и сотрудничества, что позволяет преодолеть стеснительность, раскрепостить ребят для творческой активности. В коллективе проводятся такие мероприятия, как день именинника, празднование значимых для детей событий.
- заинтересованность ребенка в получении цирковых умений и навыков. С целью вызвать интерес к профессии «артист цирка», показать спектр разнообразия цирковых жанров в плане воспитательной работы предусмотрены выезды на цирковые представления других коллективов, встречи с артистами цирка, посещение «закулисья», цирковых мастер-классов; участие в конкурсах-фестивалях различного уровня.
- помощь родителей в организации детей для выступлений. Родители являются полноправными субъектами образовательного процесса. В коллективе выбирается родительский совет, с помощью которого решаются вопросы организации детей на выездные мероприятия, финансирование конкурсов, покупка необходимого реквизита и др. Кроме того, в плане воспитательной работы предусмотрены педагогические беседы с родителями об особенностях младшего школьного возраста, о необходимости совместной полезной социально-значимой деятельности, о личностных особенностях каждого ребёнка.

С целью профилактики здорового образа жизни в коллективе предлагаются методические разработки утренней и вечерней семейной зарядки, пирамиды здорового питания. На мероприятиях, проводимых во внеурочное время, приветствуется обмен опытом о семейных традициях по здоровому образу жизни.



Особенностью воспитательной работы в коллективе является социальная направленность деятельности. Основная идея такова: «Чему научился сам – научи другого». Обучающиеся по программе дети учат физкультурной разминке своих младших братьев и сестёр, выступают на праздниках двора, района. Коллектив участвует в акциях, проводимых Детско-юношеским центром: «Цветущая планета», «Ребятам о зверятах», «В добрые руки» и др.

### **Адресат программы**

Программа «Цирковое искусство» рассчитана на детей 7 – 10 лет, реализуется на бюджетной основе.

Набор в объединение производится на добровольной основе, принимаются все желающие дети, не имеющие медицинских противопоказаний. Дети принимаются по заявлению родителей (законных представителей). В объединение могут приниматься дети с ОВЗ. При этом учитываются рекомендации медицинских специалистов.

*Младший школьный* возраст – это период позитивных изменений и преобразований, период формирования личности. Для него характерны новые отношения со взрослыми и сверстниками, включение в целую систему коллективов, включение в новый вид деятельности – учебную. Ребенок не только получает базовые основы знаний, но и постепенно овладевает своими психическими процессами, учиться управлять вниманием, памятью, мышлением.

В то же время игровая форма деятельности остаётся для детей этого возраста интересной и познавательной. Поэтому так важен уровень достижений, осуществленных каждым ребенком на данном возрастном этапе. Если в этом возрасте ребенок не почувствует радость познания, не приобретет умения учиться, не научится дружить, не обретет уверенность в своих способностях и возможностях, сделать это в дальнейшем (за рамками сензитивного периода) будет значительно труднее.

Переход от младшего школьного возраста к среднему решающим образом сказывается на формировании и закреплении новой системы отношений к людям, коллективу, к учению и связанным с ними обязанностям, формирует характер, волю, расширяет круг интересов, развивает способности.

### **Объём программы**

Программа «Цирковое искусство» рассчитана на 4 года обучения. Занятия в группах всех годов обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятия согласно САН ПиН 45 мин., перерыв 10 мин.

Объём часов в год из расчета 36 учебных недель – 144 ч.

**Общее количество часов** по программе составляет – 576 ч.

Группы формируются в соответствии с возрастом. Наполняемость групп зависит от года обучения и площади вместимости зала.

### **Формы организации образовательного процесса и виды занятий.**

Основной формой организации образовательного процесса является *учебное занятие*.

Виды занятий:

- теоретическое занятие, практическое занятие, итоговое занятие, открытый урок, постановка номеров, коллективное творческое дело.

Структура учебного занятия:

- подготовительная часть – общая разминка с включением упражнений на формирование осанки, дыхания.
- основная часть – обучение базовым упражнениям гимнастики, хореографии, формирующим основные группы мышц для укрепления опорно-двигательного аппарата, мышц позвоночника; развивающих гибкость, координацию; обучение удержания, передачи, вращения, бросков и ловли предмета.
- заключительная часть – обсуждение, расслабление, рефлексия, постановка индивидуальных задач на следующее занятие.

В ходе занятий сочетается групповая, подгрупповая, индивидуальная работа.

**Методы и приёмы** организации образовательного процесса различны.

По источнику знаний:

- словесный (беседа, рассказ, обсуждение увиденного, повторение правил безопасности, техники выполнения упражнений);
- наглядный (фото-, видеоматериалы, посещение концертов, мастер-классов);
- практический (тренировка, репетиция, выполнение упражнений дома под контролем родителей, участие в конкурсах и фестивалях).

По уровню познавательной деятельности:

- объяснительно-иллюстративный (использование примеров);
- репродуктивный (демонстрация педагогом правильности выполнения упражнения и повторение ребенком увиденного);
- исследовательский (исследование своих творческих способностей – творческая импровизация).

По способам воспитания:

- убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация, фасилитация и др.

### **Цель программы**

**Цель программы:** формировать творческую, самостоятельную, социально-активную личность, развивая физические способности ребёнка посредством циркового искусства.

### **Задачи программы**

#### **Задачи обучения:**

- Научить способам сохранения и укрепления физического здоровья (утренняя зарядка, правильное питание, режим дня), методикам выполнения физических (гимнастических) упражнений;
- Ознакомить с основными видами хореографии.
- Раскрыть основы актерского мастерства, законов сцены.
- Обучить цирковым умениям и навыкам на базовом уровне.
- Обучить навыкам работы в команде по методике коллективной творческой деятельности.

#### **Задачи развития:**

- Способствовать развитию личностных качеств (активности, самостоятельности, общительности, самообразованию), универсальных учебных навыков (находить информацию, анализировать, обобщать, делать выводы).
- Расширить возможности проявления творческой индивидуальности.

- Создать комфортную обстановку, атмосферу доброжелательности, позитивного сотрудничества, «ситуацию успеха» для каждого ребёнка.

***Задачи воспитания:***

- Содействовать профилактике асоциального поведения посредством вовлечения в полезную социально-значимую деятельность.

- Способствовать установлению в коллективе принципов принятия, дружелюбия, толерантности.

- Поощрять эстетическую культуру: аккуратность, опрятность, умение ценить красоту в себе и окружающем мире.

**Ожидаемые результаты**

***Предметные***

***Ребёнок:***

1. приобретёт навыки правильного выполнения физических упражнений, узнает способы сохранения и укрепления физического здоровья;

2. сумеет различать стили хореографии, овладеет танцевальными навыками;

3. познакомится с основами актёрского мастерства, раскрепостится в проявлении себя на сцене;

4. овладеет цирковыми умениями (шпагат, стойка, мостик) и навыками (жонглирование, игра с хула-хупами);

5. узнает принципы организации совместной деятельности; сможет работать в команде, определять свою роль и полезную значимость.

***Метапредметные***

***Ребёнок:***

6. научится находить и анализировать новую информацию, будет проявлять интерес к приобретению новых знаний, овладеет навыками дисциплинированности и самоорганизованности;

7. проявит творческую активность, способность импровизировать, придумывать, принимать нестандартные решения;

8. будет нацелен на успех, сможет понимать свою и чужую личную значимость;

***Личностные***

***Ребёнок:***

9. разовьёт инициативность, будет принимать участие в социально-значимых мероприятиях, находить полезное применение своим способностям; научится позитивно мыслить.

10. настроится на дружелюбное сотрудничество в коллективе, общение, дисциплину, положительную мотивацию в достижении поставленных целей.

11. приобретёт аккуратность, развитое чувство красоты и гармонии окружающего мира.

**Обучающийся 1 года обучения:**

▪ будет знать: значение понятия «пластика», виды хореографии, многообразие цирковых жанров, название и назначение цирковых предметов, технику безопасности в работе с этими предметами;

- овладеет практическими навыками: правильностью и последовательностью выполнения упражнений физической разминки, мимической гимнастики; коллективной творческой деятельности;
- научится запоминать, анализировать, различать характеры сценических героев; выполнять ритмичные движения под танцевальную музыку, жонглировать 1 предметом; овладеет элементами импровизации;
- проявит качества: активность, общительность, аккуратность, любознательность.

#### Обучающийся 2 года обучения:

- будет знать: название и значение суставов человеческого тела; историю зарождения хореографического искусства; понятие пантомимы, репризы и их связь с другими видами искусства; виды жонглирования, понятие акробатики;
- овладеет практическими навыками: способами усложнения физической разминки; подготовки к базовым цирковым элементам: мостик, шпагат, стойка; жонглирования 2 предметами; подготовки и выступления на сцене;
- проявит качества: дружелюбие, ответственность, стрессоустойчивость, упорство.

#### Обучающийся 3 года обучения:

- будет знать: название и значение мышц человеческого тела; основы здорового образа жизни; историю танцев разных народов мира; понятие и закономерности сценического движения, речи;
- овладеет практическими навыками: распределения физических нагрузок в течении дня, недели; передачи смыслового значения движениями танца; жонглирования 3 предметами, выполнения акробатического упражнения «колесо», стойка на груди, стойка на предплечьях;
- проявит качества: самостоятельность, толерантность, собранность, целеполагание.

#### Обучающийся 4 года обучения:

- будет знать: значение общей физической подготовки на данном этапе физического развития, терминологию классического танца, исторические стереотипы сценического костюма, перспективы совершенствования.
- овладеет практическими навыками: развития координации человеческого тела, базовых классических хореографических упражнений, техникой наложения грима, жонглирования 3 и более предметами, выполнения парных акробатических упражнений;
- проявит качества: инициативность, коммуникативность, дисциплинированность, целеустремленность.

### **III. Формы контроля и подведения итогов освоения программы.**

Каждый раздел программы «Цирковое искусство» имеет свою форму подведения итогов. Данные представлены в таблице:

Наименование раздела (тема учебно-тематического плана)	Формы подведения итогов по разделу (теме)
<b>Развитие пластики тела</b>	
1. Разминка	карта наблюдения
2. Пластика	тестирование
3. Силовые упражнения	тестирование
<b>Хореография</b>	
1. Ритмика	карта наблюдения
2. Детские танцы	выступление
3. Современ. хореография	выступление
4. Русские-народные танцы	выступление
5. Танцы разных народов	выступление
6. Классика	наблюдение
7. Флеш-моб	выступление
<b>Актерское мастерство</b>	
1. Мимика	видеоотчёт
2. Жесты	видеоотчет
3. Постановка голоса	видеоотчет
4. Пантомима	выступление
5. Репризы	выступление
6. Сценич.движение	открытый урок
7. Сценическая речь	открытый урок
8.. Грим	фотоотчёт
9. Костюмирование	фотоотчёт
<b>Развитие цирковых умений и навыков</b>	
1. Жонглирование	выступление
2. Игра с хула-хупами	выступление
3. Клоунада	выступление
4. Акробатические упражнения	выступление
5. Эквилибр	выступление
6. Предмет на выбор	выступление
<b>Постановка номеров</b>	
<b>Итоговое занятие</b>	
<b>Промежуточная, итоговая аттестации</b>	
	вопросник, тестирование

Эффективность освоения дополнительной общеобразовательной программы определяется через **мониторинг**, который предполагает контроль освоения предметных знаний и умений по виду деятельности, метапредметных качеств личности и личностного развития обучающегося.

Мониторинг проводится в виде текущего контроля, промежуточной аттестации и итоговой аттестации.

### 1. Текущий контроль.

Текущий контроль осуществляется после каждой изученной темы, проводится в следующих формах: наблюдение, тестирование, открытые уроки, концертные выступления, фотоотчёт, видеоотчёт.

Методы проведения контроля: занесение в таблицу, анализ результатов, рефлексия.

С помощью текущего контроля педагог фиксирует достижения и личную активность обучающегося, степень освоения им программы. Анализ текущего контроля позволяет педагогу делать индивидуальную корректировку обучения и воспитания ребёнка для достижения большей эффективности освоения программы.

Текущий контроль фиксируется в таблице:

№	Дата	Мероприятие	ФИО участника	Примечание

## 2. Промежуточная аттестация обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится в период с 20 по 30 декабря и с 15 по 30 апреля каждого года обучения.

Промежуточная аттестация является оценкой результатов обучения за определённый промежуток учебного времени – полугодие, год. Оценка обучения определяется по трём уровням: высокий, средний, ниже среднего. Каждый уровень имеет определённые **критерии** оценивания (см. Приложение)

Промежуточная аттестация обучающихся включает в себя: проверку теоретических знаний, практических умений и навыков, творческих способностей и личностных качеств. Формы и методы контроля зависят от видов оцениваемых результатов:

- **контроль теоретических знаний** предполагает вопросники из 7-10 заданий различных типов (выбор правильного ответа, установление последовательности, соотнесение понятий, открытый вопрос) по пройденным темам. (см. Приложение)

- **контроль практических умений, навыков** осуществляется через карту наблюдения 1 и 2 для таких подразделов программы, как «разминка» и «ритмика», и через тестирование 1 для подразделов «пластика» и 2 «силовые упражнения» (см. Приложение)

- **контроль творческого развития** определяется методом наблюдения педагога и фиксируется в таблице по показателям: активность, импровизация, фантазия, нестандартное мышление. (см. Приложение)

- **контроль развития личностных качеств** происходит также при помощи метода наблюдения и заносится в таблицу по показателям: инициативность, коммуникативность, дисциплинированность, целеустремлённость. (см. Приложение)

## 3. Итоговая аттестация обучающихся.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании 4-летнего обучения по дополнительной образовательной программе.

Формы и методы проведения аналогичны промежуточной аттестации, имеют обобщающий характер: проверку теоретических знаний – вопросники, практических умений и навыков – тестирование, проверка развития творческих способностей и личностных качеств – карта наблюдения.

По результатам прохождения итоговой аттестации может выдаваться документ об освоении дополнительной общеобразовательной программы с указанием общего количества часов. (см. Приложение)

## VI. Содержание программы

### Календарное планирование для группы с нагрузкой 4 часа в неделю, 144 часа в год

Название разделов	сен	окт	ноя	дек	январь	фев	март	апр	май	итого
<b>I год обучения</b>										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
4.Актерское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений и навыков	4	5	5	4	4	5	5	4	4	40
6.Постановка номеров	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2				2		4
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144
<b>II год обучения</b>										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
4.Актерское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений и навыков	3	4	4	3	3	4	4	3	3	31
6.Постановка номеров	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2				2		4
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144
<b>III год обучения</b>										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
4.Актерское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений и навыков	2	3	3	2	2	3	3	2	2	22
6.Постановка номеров	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2				2		4
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144
<b>IV год обучения</b>										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9

4.Актерское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений и навыков	1	2	2	1	1	2	2	1	1	13
6.Постановка номеров	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2						2
9.Итоговая аттестация								2		2
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

**Учебно-тематический план  
для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год.  
I год обучения.**

Название разделов, тем	теория	практика	всего	Формы контроля/ аттестации
<b>1.Введение</b>				
1.1.Техника безопасности	4		4	беседа
<b>2.Развитие пластики тела</b>				
2.1.Разминка	4	26	30	откр.урок
2.2.Пластика	4	26	30	тест
2.3.Силовые упражнения	3	4	7	тест
<b>3.Хореография</b>				
3.1.Ритмика	1	2	3	наблюдение
3.2.Детские танцы	1	2	3	выступление
3.3.Современная хореография	1	2	3	выступление
<b>4.Актерское мастерство</b>				
4.1.Мимика	1	2	3	видеоотчет
4.2.Жесты	1	2	3	видеоотчет
4.3.Постановка голоса	1	2	3	видеоотчет
<b>5.Развитие цирковых умений и навыков</b>				
5.1.Жонглирование	4	16	15	выступление
5.2.Игра с хула-хупами	4	16	15	выступление
5.3.Клоунада	4	6	10	выступление
<b>6.Постановка номеров</b>				
6.1.Групповые занятия	2	4	6	выступление
6.2.Подгрупповые занятия	1	2	3	выступление
<b>7.Итоговое занятие</b>		2	2	концерт
<b>8.Промежуточная аттестация</b>		4	4	вопросник тестирование
Всего	36	108	144	

**Календарное планирование 1 год обучения**

Название разделов, тем	сен	окт	ноя	дек	январь	фев	март	апр	май	итого
I год обучения										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
4.Актерское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений	4	5	5	4	4	5	5	4	3	40



и навыков										
6.Постановка номеров	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
8.Итоговое занятие									2	2
9.Промежуточная аттестация				2				2		4
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

**Календарно-тематический план  
для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год.  
I год обучения.**

Название разделов	сен	окт	ноя	дек	янв	фев	март	апр	май	итого
I год обучения										
1.Введение	2				2					<b>4</b>
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	<b>67:</b>
Из них: разминка	3	4	3	3	4	3	4	3	3	30
пластика	3	3	4	3	3	4	3	3	4	30
силовые упражнения	1	1	1	1		1	1	1		7
3.Хореография										<b>9</b>
Из них: ритмика	1			1			1			
детские танцы		1			1			1		
современная хореография			1			1			1	
4.Актерское мастерство										<b>9</b>
Из них: мимика	1			1			1			
жесты		1			1			1		
постановка голоса			1			1			1	
5.Развитие цирковых умений и навыков	4	5	5	4	4	5	5	4	4	<b>40:</b>
Из них: жонглирование	2	1	2	1	2	2	2	1	2	15
игра с хула-хупами	1	2	2	2	1	2	2	2	1	15
клоунада	1	2	1	1	1	1	1	1	1	10
6.Постановка номеров										9
Из них: групповые занятия	1	1			1	1			1	
подгрупповые занятия			1	1			1	1		
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2				2		4
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

## Содержание программы I год обучения

### 1. Введение. Техника безопасности

- Беседа о режиме дня, соответствующей форме для занятий, дисциплине, внимании к требованиям педагога.
- Инструктаж о правилах поведения в данном зале, о правилах пожарной безопасности и о правилах пользования и хранения циркового реквизита.
- Разговор о безопасном подходе к школе, о правилах дорожного движения.

### 2. Развитие пластики тела

#### Теория

Понятие пластики. Функции, значение пластичности.

Правильность и последовательность выполнения упражнений.

#### Практика

#### - Разминка.

Легкий бег в разных вариантах: прямой, боковой, спиной, с закручиванием туловища, с захлестом ног и т.д.

Ходьба с подражательными движениями животным: цапля, мишка.

Шаг в полуприсяде, в полном присяде. Восстановление дыхания.

Разминка на месте начинается с движений головой, шеей, затем—упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук, затем для туловища и только после этого для ног.

Упражнения на равновесие: ласточка, с захватом ноги, с прижатым коленом к туловищу и т.д.

#### - Пластика.

Потягивание, наклоны, прогибы, шпагаты.

Гимнастические упражнения корбочка, складка, мостик из положения лежа,

Формирование гибкости, подвижности плечевого сустава: в прямом висе на шведской лестнице, с прогибанием назад у хореографической стойки или с помощью прокручивания палки вперед, назад.

Формирование гибкости, подвижности голеностопного сустава: стоя у хореографической стойки, сидя с поднимаем натянутой ноги, с помощью извне (давление на прогиб грузом)

Складка в положении стоя и сидя с наклоном вперед достать ладонями пол.

#### -Силовые упражнения.

Проводятся с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Его способностью переносить нагрузки.

Отжимание (4-5 раз), подтягивание с опорой на одну ногу (4-5 раз), удержание ног под углом 90 градусов в прямом висе (5-6 секунд), укрепление мышц живота (пресс лежа на спине 4-5 раз), спины(лежа на животе 4-5 раз), приседания (6 раз), прыжки из положения сидя (4-5 раз).

Стойка на вытянутых руках махом правой или левой ногой с опорой у стены.

### 3. Хореография

#### Теория

Хореография – как вид искусства: понятие и виды. История зарождения хореографического искусства. Значение хореографии в жизни человека.

#### Практика

##### - Ритмика

Ритмичные движения под танцевальную музыку, иногда импровизация, танцевальные зарисовки. Создает хорошее настроение, помогает раскрыть свой потенциал, несет характер психологической разгрузки.

##### - Детские танцы

Используются отечественные детские песни с характерным содержанием. Движения подражательные образу героя либо смыслу песни.

##### - Современные танцы

Используются отечественные и зарубежные хиты, разучиваются различные танцевальные связки с элементами рок-н-ролла, хип-хопа.

### 4. Актерское мастерство

#### Теория

Понятие актерского мастерства. Цели и значение занятий. Возможность применения знаний и умений в повседневной жизни.

На наглядных примерах дети учатся запоминать, анализировать, повторять, различать характеры героев. Для этого используется фото-, видео-материалы, а также чтение отрывков литературных произведений.

#### Практика

##### - Мимика.

Мимическая гимнастика: упражнения для мышц лица, языка (растягивание и вытягивание губ, круговые движения губ вправо-влево, щелкание языком, точечный массаж лица).

Демонстрация мимики разных характеров и испытываемых чувств: веселого, удивленного, грустного и т.д.

Работа над удержанием определенного образа перед зрителем.

##### - Жесты.

Пальчиковая гимнастика, разминка кистей, предплечий, плеча.

Вариативные упражнения объяснения желаемого с помощью жестов без слов, со словами. Игра «Угадай, кто я?», подразумевает задание придумать образ героя (животных, сказочных персонажей) и показать его с помощью мимики и жестов.

##### - Постановка голоса.

Постановка голоса нужна для определенных жанров циркового искусства, таких как клоунада, репризы, роли конференсье. В занятия входит: артикуляционная гимнастика, проговаривание скороговорок, разучивание небольших стихов, упражнения с голосом (повышение, понижение интонации).

## 5. Развитие цирковых умений и навыков

### Теория

Понятие «цирковое искусство». Многообразие жанров. Название и назначение цирковых предметов, техника безопасности в работе с этими предметами. Знаменитые отечественные и зарубежные клоуны.

### Практика

#### - Жонглирование.

Жонглирование – одновременное умелое манипулирование несколькими объектами. Жонглирование преподается по общепринятой методике, начиная с перекидывания одного мяча из одной руки в другую. При этом важно запомнить положение рук, локтей, фиксацию взгляда. При закидывании двух и более мячей сложность составляет первые координационные моменты. Все остальное только практика и упорство. Можно начинать обучение жонглированию с перекидывания платочка (при тех же правилах движения рук), затем мяча, кольца, булавы и др.

#### - Игра с хула-хупами.

Работу с хула-хупами (или обручами) начинают с одного предмета. Учатся крутить его в каждой руке, на локте, на плече, на шее, на талии, на коленях. Основное умение: подцеплять обруч одной ногой с пола, затем вращательными движениями тела поднимать выше до шеи и обратно спускать вниз.

#### - Клоунада.

Дети в младшем школьном возрасте обычно очень эмоциональны, легко подражают, передают образы.

Поэтому им легко освоить этот жанр, хотя здесь есть, конечно, свои законы. Человек-клоун должен найти свой индивидуальный образ, в котором он сможет по доброму рассмешить публику или, хотя бы, заставить улыбнуться.

Используются уже готовые цирковые зарисовки или придуманные в сотрудничестве ребенка и педагога. Выбор клоунады имеет индивидуальный характер.

## 6. Постановка номеров

### Теория

Понятие коллективной творческой деятельности в постановке цирковых номеров. Этапы реализации задуманного.

### Практика

Подгрупповые, групповые занятия; сводные и генеральные репетиции.

Выбирается музыка, образ героя (героев), сюжет номера. Продумывается и изготавливается костюм, декорации, необходимый реквизит. Выбирается подходящее освещение.

Дети являются полноправными субъектами данного процесса, режиссируют и обмениваются творческими идеями.

Постановка номеров – трудоемкое, кропотливое занятие, которое требует терпения и выносливости от всех участников.

К концу первого полугодия в основном дети могут освоить небольшие музыкальные этюды, с которыми дебютируют на школьных праздниках.

## 7. Итоговое занятие

Итоговое занятие проходит в виде открытого урока с приглашением родителей, представителей администрации учреждения. Демонстрируются успехи детей по каждому разделу программы: пластические этюды, актерские зарисовки, цирковые композиции.

## 8. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится как оценка результатов обучения за определённый промежуток учебного времени – полугодие, год.

Промежуточная аттестация обучающихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков в период с 20 по 30 декабря и с 15 по 30 апреля.

Формы и методы контроля: тестирование.

**Учебно-тематический план  
для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год.  
II год обучения.  
Календарное планирование 2 год обучения**

Название разделов, тем	сен	окт	ноя	дек	янв	фев	март	апр	май	итого
II год обучения										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
4.Актерское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений и навыков	3	4	4	3	3	4	4	3	3	31
6.Постановка номеров	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
8.Итоговое занятие									2	2
9.Промежуточная аттестация				2				2		4
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

**Календарно-тематический план  
для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год.  
II год обучения.**

Название разделов	сен	окт	ноя	дек	янв	фев	март	апр	май	итого
II год обучения										
1.Введение	2				2					<b>4</b>
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	<b>67:</b>
Из них: разминка	3	4	3	3	4	3	4	3	3	30
пластика	3	3	4	3	3	4	3	3	4	30

силовые упражнения	1	1	1	1		1	1	1		7
3.Хореография Из них: ритмика русские народные танцы современная хореография	1	1	1	1		1	1	1	1	<b>9:</b> 3 3 3
4.Актерское мастерство Из них: пантомима Репризы	1	1	1	1		1	1	1	1	<b>9:</b> 4 5
5.Развитие цирковых умений и навыков Из них: жонглирование игра с хула-хупами акробатические упражнения	3	4	4	3	3	4	4	3	3	<b>31:</b> 14 14 3
6.Постановка номеров Из них: групповые занятия подгрупповые занятия	2	2	1	1	1	1	1	1	2	<b>18:</b> 12 6
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2				2		<b>4</b>
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

## Содержание программы II год обучения.

### 1. Введение. Техника безопасности.

- Разговор о режиме дня, питании, личной гигиене.
- Дисциплина на уроке, пожарная безопасность, правила поведения в непредвиденных случаях.
- Сведения о новых разделах этого года обучения и правила поведения на этих уроках.

### 2. Развитие пластики тела.

#### Теория

Название и значение суставов человеческого тела.

Правильность и последовательность выполнения упражнений физической разминки.

Развитие пластики тела необходимо на протяжении всего курса обучения по программе, во-первых, для подготовки тела к более сложным упражнениям, во-вторых, для приобретения хорошей привычки делать зарядку.

#### Практика

### **- Разминка.**

Легкий бег в разных вариантах: прямой, боковой, спиной, с закручиванием туловища, с захлестом ног и т.д.

Ходьба с подражательными движениями животным: цапля, мишка.

Шаг в полуприсяде, в полном присяде. Восстановление дыхания.

Разминка на месте начинается с движений головой, шеей, затем – упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук, затем для туловища и только после этого для ног.

Упражнения стоя: наклоны, повороты, вращения, махи ногами., приседания и т.д.

Упражнения сидя: наклоны, перекаты, вращение ногами, поднятие таза и т.д.

Упражнения лежа на спине: перекаты, разведение ног, «велосипед» и т.д.

Упражнения лежа на животе: покачивание в «лодочке», перекаты на бок, ползание «по-пластунски» и т.д.

Упражнения на равновесие: «ласточка», «муха», «лягушка», «яйцо» и т.д.

### **- Пластика.**

Потягивание, наклоны, прогибы, шпагаты.

Увеличивается амплитуда выполнения упражнений.

Шпагат выполняется с переходом из поперечного поочередно на правую и левую ногу.

Мостик выполняется из положения стоя с опорой на мягкий мат.

Упражнение «березка» требует более вертикального положения тела с выходом в прямую стойку.

Включается упражнение «мексиканка» - захлест ногами назад лежа на животе.

Продолжаются упражнения на пластичность плечевого сустава, стопы.

Складка в положении стоя, сидя.

Стойка махом у стены прямая, с группировкой; фигурная стойка.

### **- Силовые упражнения.**

Проводятся с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Его способностью переносить нагрузки.

Силовые нагрузки увеличиваются постепенно, от меньшего к большему.

Используются подводящие упражнения.

Отжимание(6-7 раз), подтягивание с опорой на одну ногу(5-6 раз), удержание ног под углом 90 градусов в прямом вися (6-7 секунд), укрепление мышц живота (пресс лежа на спине 6-7 раз), спины (лежа на животе 6-7 раз), приседания (8 раз), прыжки из положения сидя (5-6 раз), стойка на вытянутых руках прямая, в шпагате у опоры.

## **3. Хореография**

### **Теория**

Классификация и особенности категории хореография: стили, формы, содержание. История русского народного танца.

Умение красиво двигаться на сцене необходимо цирковому артисту также как и танцору. Впечатляющий цирковой номер – это не только набор трюков, но и образность, пластичность движения между цирковыми элементами, выход и уход

со сцены, положение головы, взгляд артиста, классическая постановка рук и ног, умение двигаться в такт и ритм музыки.

#### Практика

##### **- Ритмика.**

Ритмичные движения под танцевальную музыку, иногда импровизация, танцевальные зарисовки. Создает хорошее (настроение, помогает раскрыть свой потенциал, несет характер психологической разгрузки).

##### **- Русские народные танцы.**

Разучиваются элементы русского народного танца для использования в постановке стилизованных цирковых номеров (притопы, дробушки, перепрыгивания с раскрытием и закрытием рук, различные виды подскоков и поворотов).

##### **- Современные танцы.**

Время не стоит на месте. Каждый год появляется новая музыка различных жанров.

Используются отечественные и зарубежные хиты, разучиваются различные танцевальные связки с элементами рок-н-ролла, хип-хопа, джаз-модерна.

## **4. Актерское мастерство**

#### Теория

- Понятие пантомимы, репризы. Значение данного жанра. Связь с другими видами искусства. Примеры цирковых выступлений.

#### Практика

##### **- Пантомима.**

Полученные в первый год обучения знания и умения по мимике и жестам помогают в работе над пантомимой. Пантомима- это вид сценического искусства, в котором основным средством создания художественного образа является пластика человеческого тела, без использования слов. Поставленная педагогом задача: показать характер и эмоции без слов способствует раскрытию в ребенке внутреннего творческого потенциала, его самореализации.

##### **- Реприза.**

Реприза в цирке – это небольшой словесный или пантомимический комический номер (иногда шутка). Материалом для создания цирковой репризы обычно бывает факты, сюжеты из окружающей нас действительности: отношения детей между собой, со взрослыми, с природой. Показать ситуацию с юмористической стороны, так, чтобы ее узнали зрители - цель постановки репризы.

Занятия проводятся под выбранную музыку в подгрупповой и индивидуальной форме.

## **5. Развитие цирковых умений и навыков**

#### Теория

Название и назначение цирковых предметов, техника безопасности в работе с этими предметами, возможности их применения.

Виды жонглирования.

Понятие акробатики. Виды. Техника безопасности выполнения трюков.



## Практика

### **Жонглирование.**

Упражнения с двумя мячами («каскад», переброс в одной руке поочередно, квадрат малый, квадрат большой и др.).

Составление рисунка упражнений.

Анализ работы.

### **- Игра с хула-хупами.**

Упражнения с двумя обручами («восьмерка» боковая, передняя, верхняя; перекидывание двух обручей друг другу, составление фигур различных форм в воздухе)

Работа в паре на достижение синхронности.

### **- Акробатические упражнения.**

К индивидуальным акробатическим упражнениям относятся:

. мостик (из положения лежа прогиб сидя на коленях, стоя)

. ласточка (упражнение на баланс)

. березка (лежа на полу с руками и без рук)

. коробочка (лежа на животе стараться достать головой согнутые ноги)

. колесо (из положения стоя на правую и левую опорную руку)

Освоив индивидуальные акробатические упражнения можно строить акробатические пары (дуэты), используя те же элементы. При этом требуется страховка педагога. Занятия проводятся в малых группах по две, три пары. Одни выполняют, другие смотрят и так по очереди.

## **6. Постановка номеров**

### Теория

Организация коллективной творческой деятельности. Распределение функций.

Технология создания ситуации успеха.

### Практика

Подгрупповые, групповые занятия; сводные и генеральные репетиции.

Выбирается музыка, образ героя (героев), сюжет номера. Продумывается и изготавливается костюм, декорации, необходимый реквизит. Выбирается подходящее освещение. Каждый ребенок может выступать как в роли артиста, так и в роли костюмера, декоратора.

Ребенок выбирает себе роль (образ) и прогнозирует ситуацию успеха («я сыграю роль так, что она запомнится зрителю» или «я постараюсь, чтобы все вышло учачно»).

Постановка номеров – трудоемкое, кропотливое занятие, которое требует терпения и выносливости от всех участников.

## **7. Итоговое занятие**

Итоговое занятие проходит в виде открытого урока с приглашением родителей, представителей администрации учреждения. Демонстрируются успехи детей по каждому разделу программы: пластические этюды, актерские зарисовки, цирковые композиции.

## 8. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится как оценка результатов обучения за определённый промежуток учебного времени – полугодие, год.

Промежуточная аттестация обучающихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков в период с 20 по 30 декабря и с 15 по 30 апреля.

Формы и методы контроля: тестирование.

### Учебно-тематический план для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год. III год обучения.

Название разделов, тем	Теория	Практика	Всего	Формы контроля аттест
<b>1.Введение</b>				
1.1.Техника безопасности	4		4	беседа
<b>2.Развитие пластики тела</b>				
2.1.Разминка	2	28	30	наблюдение
2.2.Пластика	2	28	30	тест
2.3.Силовые упражнения	1	6	7	тест
<b>3.Хореография</b>				
3.1.Ритмика	1	2	3	наблюдение
3.2.Танцы разных народов	1	2	3	выступление
3.3.Современная хореография	1	2	3	выступление
<b>4.Актерское мастерство</b>				
4.1.Сценическое движение	2	3	5	открыт. урок
4.2.Сценическая речь	1	3	4	открыт. урок
<b>5.Развитие цирковых умений и навыков</b>				
5.1.Жонглирование	1	7	8	выступление
5.2.Игра с хула-хупами	1	7	8	выступление
5.3.Акробатические упражнения	1	3	4	выступление
5.4.Эквилибр	1	1	2	выступление
<b>6.Постановка номеров</b>				
6.1.Групповые занятия	2	10	12	выступление
6.2.Подгрупповые занятия	2	6	8	выступление
6.3.Индивидуальные занятия	2	5	7	выступление
<b>8.Итоговое занятие</b>		2	2	концерт
<b>9.Промежуточная аттестация</b>		4	4	вопросник тестирование
Всего	25	119	144	

### Календарное планирование 3 год обучения

Название разделов, тем	сен	окт	ноя	дек	январь	фев	март	апр	май	итого
III год обучения										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9

4.Актёрское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений и навыков	2	3	3	2	2	3	3	2	2	22
6.Постановка номеров	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
8.Итоговое занятие									2	2
9.Промежуточная аттестация				2				2		4
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

**Календарно-тематический план  
для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год.  
III год обучения.**

Название разделов	сен	окт	ноя	дек	янв	фев	март	апр	май	итого
III год обучения										
1.Введение	2				2					<b>4</b>
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	<b>67:</b>
Из них: разминка	3	4	3	3	4	3	4	3	3	30
пластика	3	3	4	3	3	4	3	3	4	30
силовые упражнения	1	1	1	1		1	1	1		7
3.Хореография										<b>9:</b>
Из них: ритмика	1			1			1			3
танцы разных народов		1			1			1		3
современная хореография			1			1			1	3
4.Актёрское мастерство										<b>9:</b>
Из них: сценическое движение	1		1	1			1		1	5
сценическая речь		1			1	1		1		4
5.Развитие цирковых умений и навыков	2	3	3	2	2	3	3	2	2	<b>22:</b>
Из них: жонглирование	1	1	1		1	1	1	1	1	8
игра с хула-хупами	1	1	1	1	1	1		1	1	8
акробатические упражнения		1	1			1	1			4
эквilibр				1			1			2
6.Постановка номеров	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>27:</b>
Из них: групповые занятия	2	2	1	1	1	1	1	1	2	12
подгрупповые занятия		1	1	1	1	1	1	1	1	8
индивидуальные занятия	1		1	1	1	1	1	1		7
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2				2		<b>4</b>
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

## Содержание программы III год обучения

### **1. Введение. Техника безопасности.**

Пожарная безопасность. Правильное поведение в непредвиденных случаях (сохранение спокойствия, план эвакуации).

Основы здорового образа жизни.

### **2. Развитие пластики тела.**

Теория:

Название и значение мышц человеческого тела.

Правильность и последовательность выполнения упражнений.

Распределение физических нагрузок в течении дня, недели.

Практика:

#### **- Разминка.**

Легкий бег в разных вариантах: прямой, боковой, спиной, с закручиванием туловища, с захлестом ног и т.д.

Ходьба с подражательными движениями животным: цапля, мишка.

Шаг в полуприсяде, в полном присяде. Восстановление дыхания.

Разминка на месте начинается с движений головой, шеей, затем – упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук, затем для туловища и только после этого для ног.

Упражнения стоя: наклоны, повороты, вращения, махи ногами., приседания и т.д.

Упражнения сидя: наклоны, перекаты, вращение ногами, поднятие таза и т.д.

Упражнения лежа на спине: перекаты, разведение ног, «велосипед» и т.д.

Упражнения лежа на животе: покачивание в «лодочке», перекаты на бок, ползание «по-пластунски» и т.д.

Упражнения на равновесие: «ласточка», «муха», «лягушка», «яйцо» и т.д.

#### **- Пластика.**

Потягивание, наклоны, прогибы, шпагаты.

Увеличиваются требования к качеству шпагата. Правильное положение бедер.

Обязательное выполнение на правую и левую ногу.

Мостик выполняется из положения стоя с перекидыванием ног вперед, назад.

Ходьба в положении мостик. Усложнение – руки ставятся на локти.

Перекат назад с выходом в прямую стойку.

Упражнение «мексиканка»: достигается касание пальцев ног пола за головой.

Растяжка плеч; стоп; складка в положении стоя, сидя.

#### **- Силовые упражнения.**

Проводятся с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Его способностью переносить нагрузки.

Силовые нагрузки имеют тенденцию к увеличению.

Отжимание (8-9 раз), подтягивание в прямом вися (5-6 раз), удержание ног под углом 90 градусов в прямом вися (8-9 секунд), укрепление мышц живота (пресс лежа на спине 8-9 раз), спины (лежа на животе 8-9 раз), приседания (9 раз),

прыжки из положения сидя (6-7 раз), стойка на вытянутых руках группировка-швунг- группировка без опоры.

### **3. Хореография**

Теория:

История танцев разных народов мира. Смысловое значение движений.

Современные тенденции хореографии.

Практика:

#### **- Ритмика**

Ритмичные движения под танцевальную музыку, иногда импровизация, танцевальные зарисовки. Создает хорошее настроение, помогает раскрыть свой потенциал, несет характер психологической разгрузки.

Ритмику может проводить желающий ребенок.

#### **- Танцы разных народов.**

Элементы восточного танца, танца живота, индийского танца, башкирского танца и др.

#### **- Современная хореография.**

Используются отечественные и зарубежные хиты, разучиваются различные танцевальные связки с элементами рок-н-ролла, хип-хопа, джаз-модерна.

### **4. Актерское мастерство**

Теория:

- Понятие и закономерности сценического движения, речи.

Практика:

#### **- Сценическое движение.**

Сценическое движение – важнейшая составляющая внешней техники актера. Как встать, куда деть руки, как поставить ноги? На сцене нужно не только естественно двигаться, но и делать это соответственно ситуации.

*Сила воздействия на зрителя заключена в умении раскрепостить весь свой организм*

*К.С.Станиславский*

Раздел «сценическое движение» включает в себя обучение:

- . балансу тела;
- . координации тела;
- . технике сценического падения;
- . развитию чувства сценического пространства.

#### **- Сценическая речь.**

Целью занятий является обнаружить, развить и усовершенствовать голосовые данные человека, свойственные ему от природы. Для достижения этой цели на занятиях используется :

- . разминка языка (вытягивание языка, прижимание к небу, толкание языка в правую, левую щеку, доставание до носа);
- . разминка мышц лица (втягивание и растягивание губ, вращение глазами, поочередная работа мышцами одной половины лица);
- . правильное дыхание (дыхание животом с речью и с движением).

## **5. Развитие цирковых умений и навыков**

Теория:

Методы работы с предметами, возможности их применения, правильность выполнения трюков. Техника безопасности при работе с предметами.

Виды акробатики. Техника безопасности выполнения трюков.

Практика:

- **Жонглирование.**

Владение 3 предметами: мячи, платочки, кольца или предметы разной комплектации.

Упражнение змейка. Составление рисунка упражнений.

Анализ работы.

- **Игра с хула –хупами.**

Владение 3 предметами. Усложнение элементов, включение акробатических упражнений.

Работа в парах, тройках на достижение синхронности.

- **Акробатические упражнения.**

Акробатическим упражнениям уделяется большое количество времени (30ч.) в III год обучения. Дети достаточно окрепшие, дисциплинированные, имеют интерес к работе в группах. На этом этапе можно делать акробатические пары, тройки, четверки, пирамиды и т.д.

## **6. Постановка номеров**

Теория:

Структура циркового номера. Сюжет номера. Правила построения циркового номера.

Практика:

Подгрупповые, групповые занятия; сводные и генеральные репетиции.

Выбирается музыка, образ героя (героев), сюжет номера. Продумывается и изготавливается костюм, декорации, необходимый реквизит. Выбирается подходящее освещение.

Выбираются способы эффектного выхода артиста, возможности раскрытия сюжетной линии, получения финального комплимента.

Постановка номеров – трудоемкое, кропотливое занятие, которое требует терпения и выносливости от всех участников.

## **7. Итоговое занятие**

Итоговое занятие проходит в виде открытого урока с приглашением родителей, представителей администрации учреждения. Демонстрируются успехи детей по каждому разделу программы: пластические этюды, актерские зарисовки, цирковые композиции.

## **8. Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация проводится как оценка результатов обучения за определённый промежуток учебного времени – полугодие, год.

Промежуточная аттестация обучающихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков в период с 20 по 30 декабря и с 15 по 30 апреля. Формы и методы контроля: тестирование.

**Учебно-тематический план  
для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год.  
IV год обучения.**

Название разделов, тем	теория	практика	всего	Формы контроля аттестации
<b>1.Введение</b>				
1.1.Техника безопасности	4		4	беседа
<b>2.Развитие пластики тела</b>				
2.1.Разминка	1	29	30	наблюдение
2.2.Пластика	1	29	30	тест
2.3.Силовые упражнения	1	6	7	тест
<b>3.Хореография</b>				
3.1.Классика	1	2	3	наблюдение
3.2.Флеш-моб	1	2	3	выступление
3.3.Современная хореография	1	2	3	выступление
<b>4.Актерское мастерство</b>				
4.1.Грим	1	3	4	фото отчёт
4.2.Костюмирование	1	4	5	фото отчёт
<b>5.Развитие цирковых умений и навыков</b>				
5.1.Жонглирование	-	2	2	выступление
5.2.Игра с хула-хупами	-	2	2	выступление
5.3.Акробатические упражнения	1	3	4	выступление
5.4.Эквилибр	1	3	4	выступление
5.5.Предмет на выбор	-	1	1	выступление
<b>6.Постановка номеров</b>				
6.1.Групповые занятия	2	18	20	выступление
6.2.Подгрупповые занятия	1	9	10	выступление
6.3.Индивидуальные занятия	1	5	6	выступление
<b>8.Итоговое занятие</b>	-	2	2	концерт
9.Промежуточная аттестация	-	2	2	вопросник тестирование
10.Итоговая аттестация	-	2	2	вопросник тестирование
<b>Всего</b>	<b>18</b>	<b>126</b>	<b>144</b>	

Календарное планирование 4 год обучения

Название разделов, тем	сен	окт	ноя	дек	январь	февр	март	апр	май	итого
IV год обучения										
1.Введение	2				2					4
2.Развитие пластики тела	7	8	8	8	7	8	8	7	7	67
3.Хореография	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
4.Актерское мастерство	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5.Развитие цирковых умений и навыков	1	2	2	2	1	2	2	1	1	13
6.Постановка номеров	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
7.Итоговое занятие									2	2
8.Промежуточная аттестация				2						2
9.Итоговая аттестация								2		2
<b>Всего</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>144</b>

**Календарно-тематический план  
для группы 4 часа в неделю, 144 часа в год.  
IV год обучения.**

Название разделов	сен	окт	ноя	дек	янв	фев	март	апр	май	итого
IV год обучения										
1.Введение	2				2					<b>4</b>
2.Развитие пластики тела	7	8	8	7	7	8	8	7	7	<b>67:</b>
Из них: разминка	3	4	3	3	4	3	4	3	3	30
пластика	3	3	4	3	3	4	3	3	4	30
силовые упражнения	1	1	1	1		1	1	1		7
3.Хореография										<b>9:</b>
Из них: классика	1			1			1			3
флеш-моб		1			1			1		3
современная хореография			1			1			1	3
4.Актерское мастерство										<b>9:</b>
Из них: грим	1		1	1			1			4
Костюмирование		1			1	1		1	1	5
5.Развитие цирковых умений и навыков	1:	2:	2:	1:	1:	2:	2:	1:	1:	<b>13:</b>
Из них: жонглирование	1	1								2
игра с хула-хупами					1				1	2
акробатические упражнения		1	1			1	1			4
эквилибр			1	1		1	1			4
предмет на выбор								1		1
6.Постановка номеров	4	4	4	4	4	4	4	4	4	<b>36:</b>
<b>Из них:</b> групповые занятия	2	3	2	2	2	2	2	2	3	20
подгрупповые занятия	2	1	1	1	1	1	1	1	1	10
индивидуальные занятия			1	1	1	1	1	1		6
7.Итоговое занятие									2	<b>2</b>
8.Промежуточная аттестация				2						<b>2</b>
9. Итоговая аттестация								2		<b>2</b>
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144



## Содержание программы IV год обучения

### 1. Введение. Техника безопасности.

Пожарная безопасность. Безопасный подход к школе. Правила поведения в непредвиденных случаях.

Принципы самосохранения в социуме. ЗОЖ.

Проговариваются заключительные этапы обучения по программе, планируются итоговые выступления.

### 2. Развитие пластики тела.

Теория:

Координация человеческого тела, способы развития.

Значение общей физической подготовки на данном этапе физического развития.

Полезность выполнения физических упражнений на протяжении всей жизни.

Практика:

#### - Разминка.

Занимает меньше времени по сравнению с предшествующими годами обучения, так как увеличивается нагрузка на других ступенях физической подготовки.

Легкий бег в разных вариантах: прямой, боковой, спиной, с закручиванием туловища, с захлестом ног и т.д.

Ходьба с подражательными движениями животным: цапля, мишка.

Шаг в полуприсяде, в полном присяде. Восстановление дыхания.

Разминка на месте начинается с движений головой, шеей, затем – упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук, затем для туловища и только после этого для ног.

Упражнения стоя: наклоны, повороты, вращения, махи ногами., приседания и т.д.

Упражнения сидя: наклоны, перекаты, вращение ногами, поднятие таза и т.д.

Упражнения лежа на спине: перекаты, разведение ног, «велосипед» и т.д.

Упражнения лежа на животе: покачивание в «лодочке», перекаты на бок, ползание «по-пластунски» и т.д.

Упражнения на равновесие: «ласточка», «муха», «лягушка», «яйцо» и т.д.

#### - Пластика.

Закрепление умений – растяжка плеч, стоп, складки, шпагата.

Шпагат выполняется с провисанием на опору 20 см.

Зависание из положения мостик, руки с опорой на локти, ноги отрываются от пола на 5-6 секунд.

Оттяжка поочередно правой и левой ноги у хореографической стойки до положения вертикально вверх.

Махи ногами назад с опорой у шведской лестницы до развода ног 180 градусов.

Стойка: самостоятельно без опоры с зависанием в разных видах (прямой шпагат, поперечный шпагат, прямая стойка, фигурная стойка, стойка в группировке, стойка «мексиканка» и т.д.)

#### - Силовые упражнения.

Проводятся с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Его способностью переносить нагрузки.

Силовые нагрузки имеют тенденцию к увеличению.

Отжимание (9-10 раз), подтягивание в прямом вися (6-7 раз), удержание ног под углом 90 градусов в прямом вися (10 секунд), укрепление мышц живота (пресс лежа на спине 10 раз), спины (лежа на животе 10 раз), приседания (10 раз), прыжки из положения сидя (7-8 раз), стойка на вытянутых руках группировка-швунг- группировка без опоры, на предплечьях в полушпагате.

### **3. Хореография**

Теория:

Терминология базовых классических упражнений у хореографической стойки. Общее представление о флеш-моб как разновидности массового танца.

Практика:

#### **Классика.**

Детальная отработка упражнений: плие, гранд-плие, позиции ног, батманы, пассе и др.

#### **Флеш-моб.**

Подгрупповая работа на заучивание движений флеш-моб ( танцевальные связки из ритмики, русского-народного танца, современной хореографии).

Сводная репетиция для достижения синхронности движений.

#### **Современная хореография.**

Разучивание новых танцевальных связок.

### **4. Актерское мастерство.**

Теория:

Понятие грима, сценического костюма. Значение и роль в сценических представлениях. Исторические стереотипы костюма.

Практика:

#### **Грим**

Искусство нанесения грима: правила, последовательность.

Виды грима: возрастной, национальный, образный.

Грим – искусство изменения внешности актера, преимущественно его лица, с помощью гримировальных красок, пластических и волосяных наклеек, парика, прически и др. Грим должен быть сообразован с костюмом, декорацией, светом, со всем тем внешним оформлением, которое задумано руководителем. Грим помогает привлечь внимание зрителя к образу, лучше понять его эмоциональное состояние. Дети практикуют нанесение грима образа тех животных или героев в роли которых они участвуют.

#### **Костюмирование**

Участие ребенка в придумывании и частичном изготовлении своего костюма развивает его образное мышление и, что немаловажно, доставляет удовольствие.

Зарисовки костюмов, подбор ткани, использование подручных материалов.

Моделирование, технологии изготовления костюмов.

Частичное изготовление своих костюмов.

## **5. Развитие цирковых умений и навыков.**

Теория:

Понятие и виды эквилибра. Новые виды упражнений. Перспективы совершенствования.

Практика:

- **Жонглирование.**

Владение 3-мя и более предметами.

Расширение предметов для жонглирования: булавы, кольца.

Работа в парах, тройках.

- **Игра с хула –хупами.**

Владение 3-мя и более предметами.

Работа индивидуально, в парах, тройках, четверках.

- **Акробатические упражнения.**

Разучивание новых элементов в паре, тройке, четверке.

Пирамиды.

- **Эквилибр.**

Эквилибр – умение держать равновесие на неустойчивой поверхности. Эквилибр бывает ручной (стояние на руках) и ножной (балансирование на катушках, свободной проволоки, моноциклах). Подводящие упражнения для ручного эквилибра: стойка на руках у стены; без стены; жим на руках из положения полушпагата с выходом в прямую стойку на руках и обратно (5-10 раз). Эквилибром охотно занимаются как мальчики, так и девочки.

Используются полученные ранее навыки равновесия и силовой подготовки.

- **Предмет на выбор.**

Ребенку предлагается освоить предмет на выбор, то есть то, чем ребенок хотел бы еще позаниматься, какой цирковой вид освоить. Например: катушки, пойеры, тарелочки и т.д.

## **6. Постановка номеров**

Теория:

Стилевое единство выразительных средств. Связь сценического действия и трюков.

Практика:

Подгрупповые, групповые занятия; сводные и генеральные репетиции.

Выбирается музыка, образ героя (героев), сюжет номера. Продумывается и изготавливается костюм, декорации, необходимый реквизит. Выбирается подходящее освещение.

Определяется наполнение номера трюками и межтрюковыми промежутками.

Постановка номеров – трудоемкое, кропотливое занятие, которое требует терпения и выносливости от всех участников.

## **7. Итоговое занятие**

Итоговое занятие проходит в виде открытого урока с приглашением родителей, представителей администрации учреждения. Демонстрируются успехи детей по

каждому разделу программы: пластические этюды, актерские зарисовки, цирковые композиции.

## 8. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится как оценка результатов обучения за определённый промежуток учебного времени – полугодие, год.

Промежуточная аттестация обучающихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков в период с 20 по 30 декабря и с 15 по 30 апреля.

Формы и методы контроля: тестирование.

## 9. Итоговая аттестация

Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании обучения по дополнительной образовательной программе.

Формы и методы проведения аналогичны промежуточной аттестации, имеют обобщающий характер.

По результатам прохождения итоговой аттестации может выдаваться документ об освоении дополнительной общеобразовательной программы с указанием общего количества часов.

# V. Методическое и материально-техническое обеспечение программы

## 1. Методическое обеспечение программы

Наименование раздела (тема учебно-тематического плана)	Формы организации УВП (учебно-воспитательного процесса)	Формы организации и деятельности воспитанников	Методы	Дидактическое обеспечение
Введение. Техн. безопас	учебн. занятие	групповая	словесн	Карточки, плакаты, соц. реклама
Развитие пластики тела				
1. Разминка	занятие	групповая	нагляд	Разд. материал с последо-ю разминки
2. Пластика	занятие	групповая	практич.	Метод. разработки по выполнению
3. Силовые упражнения	занятие	групповая	практич.	Метод. разработки по выполнению
Хореография				
1. Ритмика	занятие	групповая	нагляд.	-
2. Детские танцы	занятие	групповая	нагл. прак	Видео материалы
3. Современ. хореог-я	занятие	групповая	нагл. прак	Видео материалы.
4. Русские-народные	занятие	групповая	нагл. прак	Видео материалы
5. Танцы разн. народов	занятие	групповая	нагл. прак	Видео. материалы
6. Классика	занятие	групповая	нагл. прак	Хореографическая стойка
7. Флеш-моб	занятие	групповая	нагл. прак	-
Актерское мастерство				
1. Мимика	занятие	групповая	объя.-илл	Фото. материалы
2. Жесты	занятие	групповая	практич.	Фото. материалы
3. Постановка голоса	занятие	групповая	практич.	Скороговорки, четверостишья
4. Пантомима	занятие	подгруппов.	практич.	Видеоматериалы

5.Репризы	занятие	полгруппов.	исследов.	-
6.Сценич.движение	занятие	групповая	практич	-
7.Сценич. речь	занятие	подгруппов.	словес	Дидактический .материал
8. Грим	занятие	групповая	объя.-илл	Гримировальные.краски, инструкции
9.Костюмирование	занятие	групповая	практич.	Фото материалы
Развитие цирковых умений и навыков				
1.Жонглирование	занятие	Групповая индивид..	практич.	Фото материалы
2.Игра с хула-хупами	занятие	подгруппов. индивид.	практич.	Фото материалы
3.Клоунада	занятие	подгруппов. индивид..	практич.	Видео материалы
4.Акробат..упражнения	занятие	подгрупповая	практич.	Метод. разработки по выполнению
5.Эквилибр	занятие	индивид..	практич.	Инструкции
6.Предмет на выбор	занятие	индивид..	практич.	Инструкции
Постановка номеров	репетиция	групповая подгрупп. индивид..	Практич. исследов.	Инструкции КТД
Итоговое занятие	выступление	групповая	практич.	-
Промежуточная, итоговая аттестации	занятие	групповая	практич.	Вопросники, тесты

## 2. Материально-техническое обеспечение

Для эффективной организации учебно-воспитательного процесса по программе «Цирковое искусство» требуется определенное **материально-техническое обеспечение** в зависимости от разделов программы. Рассмотрим эти разделы.

### 1. Развитие пластики тела.

Занятия по общей физической подготовке, составляющие основной блок программы, должны проходить в проветриваемом зале в расчете 4кв. м. на ребенка исходя из рекомендаций СанПинов для физкультурно-спортивной направленности.

Разминка включает в себя несколько этапов: ходьба (бег) по кругу и выполнение упражнений на месте. Разминка может происходить под музыку или без нее. В первом случае требуется **магнитофон**.

Пластика заключается в медленном и постепенном растягивании различных групп мышц и развитии гибкости позвоночника. Упражнения выполняются стоя или на полу. Во втором случае на каждого ребенка требуется **индивидуальный мягкий (туристический) коврик**.

Силовые упражнения заключаются в укреплении сил мышц живота, спины, рук и ног. Кроме индивидуального коврика для занятия необходимо наличие **шведской лестницы с турником**.

В качестве методического обеспечения в разделе ОФП используются иллюстрации анатомического сложения человеческого тела с названиями

суставов и мышц, распечатанные рекомендации по проведению утренней зарядки (см. приложение).

## 2. Хореография.

Раздел хореографии включает в себя разминку около хореографической стойки и изучение танцевальных связок, этюдов различной танцевальной направленности. Материально-техническое обеспечение: магнитофон, личный ноутбук руководителя, **хореографическая стойка**. Методическое обеспечение состоит из фото-, видео- материалов.

## 3. Актерское мастерство.

Для проведения занятий на тему «мимика», «жесты» необходимы наглядные пособия с изображением: мимической гимнастики, различных выражений лица цирковых артистов, многозначительных жестов.

При занятиях на тему «постановка голоса» используются распечатанные на каждого ребенка методические пособия: скороговорки, четверостишья.

Занятия по теме «пантомима», «репризы» включает в себя краткий экскурс в историю этих жанров, для чего требуются фото- и видео- материалы, а также творческое практическое задание, для которого требуется наличие **белых перчаток**, музыкального сопровождения и других предметов: **стул, свисток, воздушный шар и т.д.**

Практическое занятие «Грим» обеспечивается самостоятельно каждым ребенком наличием **гримировальных красок**, детского крема, ватных дисков, кисточек и влажных салфеток. В качестве методического пособия руководитель использует фотоматериалы и раздаточный материал с инструкциями.

Для «Костюмирования» используются **остатки тканей, различный подсобный материал**, принесенный детьми и не требующий дополнительного материального вложения.

## 4. Развитие цирковых умений и навыков.

Индивидуально для каждого ребенка за счет родительских средств приобретаются такие предметы, как:

- **мячи для жонглирования, 3 шт.**
- **обручи пластмассовые для игры с «хула-хупами», 2 шт., диаметр 75-80 см.**
- **туристический коврик, 1 шт.**
- **1 мат на группу;**

Более сложный цирковой реквизит (**трости, катушки, тарелочки и т.д.**) приобретается или изготавливается по договоренности с родителями.

Каждое умение и каждый навык требует определенной предварительной подготовки. Поэтому руководитель использует разработки поэтапного обучения того или иного навыка и предлагает напечатанные инструкции своим воспитанникам.

## 5. Постановка номеров.

При начале постановки нового номера руководитель применяет метод коллективной творческой деятельности для работы с детьми. Происходит обсуждение выбранной музыки, образов и характеров героев. После чего детям предлагается сделать небольшие зарисовки ( в течении 5-6 минут) героев. Для этого требуется **лист бумаги и карандаш**.

Непосредственно репетиция номера проходит под музыку на магнитофоне.

## **VI. Список нормативных документов**

- Конвенция ООН «О правах ребёнка», одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20.11 1989г.
- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
- Национальный проект «Образование» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. №16) «Успех каждого ребёнка», «Цифровая образовательная среда», «Молодые профессионалы», «Социальная активность»);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022г. №678-р);
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);

Документы и локальные акты учреждения:

- Устав МБУДО «ДЮЦ»;
- Программа развития МБУДО «ДЮЦ»;
- Программа воспитания МБУДО «ДЮЦ»;
- Положение МБУДО «ДЮЦ» о дистанционном обучении;
- Положение о системе оценок, форм, порядке и периодичности промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

## **VII. Список литературы**

### **Список литературы для педагогов**

1. Бейлин В.Р. Обучение акробатическим упражнениям: Учеб. Пособие / Под ред. В.Р.Бейлина. Челябинск: Издательский центр «Уральская академия», 2006. – 120с. Зеленко А.Ф., Кожевников В.И.

2. Выготский Л.С. Детская психология Собрание сочинений в 6 томах, том 4 Серия: учебники для высшей школы РАО Говорящая книга- издание, оформление, 2004.
3. Жукаукене Р. Особенности работы учителя с детьми 1-2 классов. Здоровье школьника.-2011.-№7.-с.8
4. Нимеровский В.М. Физкультурный инвентарь в системе дополнительного учреждения, школы и высших учебных заведений-П.:2006.-83с.
5. Сорокоумова Е.А. Возрастная психология-СПБ.: Питер, 2009.- 208с.
6. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка- М.: АСАДЕМА, 2006.-359с.
7. Толченев О. Игровые театрализованные формы: особенности их использования в работе с детьми// Воспитание школьников.- 2003.-№5.- с.29-35.

Интернет-источники:

<http://catalog.iot.ru>, -Каталог образовательных ресурсов;

<http://www.edu.ru/index.php>- Российское образование: федеральный портал

<http://www.school.edu.ru>- Российский образовательный портал

<http://nsc.1september.ru>- «Начальная школа» Издательского дома «Первое сентября»

<http://www.ict.edu.ru>- Информационно-коммуникационные технологии в образовании

<http://schoollessons.narod.ru/>- Внеклассные мероприятия к любому празднику

<https://sites.google.com/site/vospitanievskole/Home>- Воспитание в школе

<http://www.kidsworld.ru>- Справочно-информационный портал дополнительного образования детей

[http://gnpbu.ru/web\\_resyrs/dop\\_obr\\_3.htm](http://gnpbu.ru/web_resyrs/dop_obr_3.htm)- Дополнительное образование

<http://dopedu.ru/>- Портал «Дополнительное образование»

<http://tehnology-udod.narod.ru/>- Педагогические технологии дополнительного образования детей

### Список литературы для родителей и детей

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Интенсивная семейная терапия на дому. Практическое руководство/ Под ред. Ю.В.Сомовой, Т.Баллдина.- М., 2007.-1- 176с.



3. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика- М.: Просвещение 2011- 93с.
4. Чикуров В.И. Гибкость. Физическая культура и спорт.- 2008.- №6.- с.9  
Размещено на AUBest.ru
5. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека- М.: Советский спорт, 2008.-620с.
6. В.А.Баринов  
«Эстетика циркового наива». 2011г.
7. С.М. Макаров  
«Театрализация цирка». 2010г.
8. В.А.Баринов  
«Цирк в эмоциях». 2010г.
9. М.Вильсон  
«Фокусы и трюки». 2002г.
10. Г.Териков  
«Куплеты в цирке и на эстраде». 2005г.
11. В.А.Баринов  
«Художественно-образная структура циркового искусства» 2005г.
12. В.А.Баринов  
«Трюк в цирке» 2006г.

Интернет-источники:

<http://maro.newmail.ru> – сайт Международной ассоциации «Развивающее обучение» МАРО (система Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова)

<http://www.obruch.msk.ru> - сайт журнала «Обруч» («Образование, ребенок, ученик»)

<http://psychology.net.ru/> - Мир психологии

<http://www.fw.ru/index.html> - Интернет-система "Мир семьи"

<http://members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm>

Если хочешь быть здоров. Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту,

<http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни»

## VIII. Приложение

### Вопросник для проверки теоретических знаний I год обучения

1. Дополни предложение:

Пластика тела – это ... (свойство человеческого тела, которое выражается в его движениях);

2. Какие виды хореографии ты знаешь? ... (классический, народный, бальный, эстрадный танец и т.д.);

3. Перечисли известные тебе цирковые жанры: ... (акробатика, гимнастика, клоунада, дрессура, эквилибристика и т.д.)

4. Какие цирковые предметы относятся к :

- жонглированию – ...

- игры с хула-хупами – ...

- ручного эквилибра – ...

- ножного эквилибра – ...

(слова для справки: мячи, обручи, кольца, булавы, катушки, трости)

5. Выбери лишнее:

К технике безопасности относится:

- соблюдение расстояния друг от друга

- правильное выполнение упражнений

- поливка цветов

- проверка реквизита перед выступлением

6. Вставь пропущенные слова:

Коллективное творческое дело – это форма работы в коллективе, при которой ... являются организаторами и исполнителями дела, а ... лишь только помогает проведению дела.

(слова для справки: дети, педагог);

7. Расставь слова в порядке очерёдности:

Этапы коллективного творческого дела : ...

(слова для справки: проведение дела, планирование, подведение итогов, распределение ролей)

### **Вопросник** для проверки теоретических знаний

#### II год обучения

1. Какие суставы человеческого тела мы разминаем на занятии? ...

(кистевые, локтевые, тазобедрённые, коленные, голеностопные);

2. Какова основная функция суставов человеческого тела? ...

(соединяют кости друг с другом, обеспечивают движение тела);

3. Отметь то, что относится к русскому-народному танцу:

- хоровод,

- пляска,

- медведь,

- народное гулянье,

- трюки,

- дробушки;

4. Вставь пропущенное слово:

Пантомима – это вид сценического искусства, в котором основным средством создания художественного образа является пластика человеческого тела, без использования ....

Реприза в цирке – это ... словесный или бессловесный комический номер.

5. Назови виды жонглирования двумя мячами: ...

(«каскад», переброс в одной руке поочередно, квадрат малый, квадрат большой и др.).

6. Назови виды упражнений с обручем: ...

(«восьмерка» боковая, передняя, верхняя; перекидывание двух обручей друг другу, составление фигур различных форм в воздухе)

7. Акробатика - это разновидность физических упражнений схожих с гимнастикой, включает в себя упражнения на: ...

(ловкость, гибкость, прыгучесть, силу и балансировку);

8. К индивидуальным акробатическим упражнениям относятся: ...

(мостик, ласточка, березка, коробочка, колесо и др.)

### **Вопросник** для проверки теоретических знаний

#### III год обучения

1. Сколько мышц в человеческом теле? ... (640)

2. Самые маленькие мышцы находятся в ... (ухе), самые большие ... (ягодичные);

3. При подтягивании работают мышцы: ... (трапецевидные, грудные и др),

при отжимании работают мышцы: ... (бицепс, трицепс и др.),

при приседании работают мышцы: ... (квадрицепс, икроножные и др.);

4. Назовите три основных правила здорового образа жизни: ...

(зарядка, правильное питание, отказ от вредных привычек и др.)

5. Соотнеси название танца со страной – его Родиной:

- вальс

- Польша

- фламенко

- Греция

- танго

- Кавказ

- гопак

- Аргентина

- лезгинка

- Украина

- сиртаки

- Испания

- краковяк

- Европа

6. Выбери правильный ответ:

Сценическое движение включает в себя обучение:

. балансу тела;

. координации тела;

. технике сценического падения;

. развитию чувства сценического пространства.

7. Какие упражнения нужны для развития сценической речи ? ...

(разминка языка, разминка лица, правильное дыхание);

8. Основа любого жанра циркового искусства? ... (трюк);

9. Какие личностные качества важны при работе в акробатических парах, тройках?...

(внимательность, старательность, ответственность, сосредоточенность и др.)

### **Вопросник** для проверки теоретических знаний

#### IV год обучения

1. Координация движений дана человеку для того, чтобы ...

(он мог выполнять четкие движения и управлять ими)

2. Вставь пропущенные слова:

Когда мы хотим совершить какое-либо движение, ... посылает сигнал, и в ответ на него начинают двигаться ..., ... или иные части тела.

(слова для справки: мозг, конечности, туловище);

3. Назови движения классического танца:

Взмах ногой в балете – ...

Приседание на двух или одной ноге – ...

Поднятие, отведение, сгибание ноги – ...

(слова для справки: тандю, плие, батманы)

4. Что такое «грим»? ... (Грим – искусство изменения внешности актера, его лица, с помощью гримировальных красок);

5. Назови составляющие сценического костюма: ... (одежда, грим, прическа, обувь, аксессуары: зонты, платки, шарфы, портфели, сумки, шляпы, украшения и др.)

6. Выбери менее подходящее выражение:

Стереотип костюма формировался в соответствии с:

- исторический период времени,
- религиозные верования,
- индивидуальные предпочтения человека,
- материальный доход,
- вид занятия человека,

7. Диаметр арены в цирке – ... метров. От чего это зависит?...(только по такому кругу лошадь может бежать галопом с определенной скоростью);

8. Эквilibр – это ... (равновесие)

9. Виды эквilibра – ... (ручной, ножной, на катушках, на проволоке и т.д.);

10. Рефлексия переводится с латинского как ... (обращение назад).

Критерии оценки уровня **теоретической подготовки:**

- **высокий уровень** – обучающийся освоил практически весь объём знаний 100-80%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;
- **средний уровень** – у обучающегося объём усвоенных знаний составляет 70-50%; сочетает специальную терминологию с бытовой;
- **низкий уровень** – обучающийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных программой; ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины.

### Карта наблюдения 1

ФИО	Разминка		
	Высокий	Средний	Ниже среднего
	Ребёнок правильно повторяет движения, знает последовательность выполнения упражнений, способен	Ребёнок старается правильно повторять движения, частично знает последовательность выполнения	Ребёнок не всегда может повторить движения, не знает последовательности выполнения упражнений. Не может самостоятельно провести разминку

	самостоятельно провести разминку	упражнений, может самостоятельно провести только часть разминки	

### Карта наблюдения 2

ФИО	Ритмика		
	Высокий	Средний	Ниже среднего
	Ребёнок артистичен, быстро улавливает движения, попадает в ритм музыки и счёта	Ребёнок умеренно артистичен, не сразу улавливает движения, путается в ритме музыки и счёта	Ребёнок не артистичен, движения не попадают в ритм и счёт музыки

### Тест 1. Пластика

ФИО	Шпагат			«Коробочка»	Складка стоя	Складка сидя	«Берёзка»	Мостик
	Пр.	Лев.	Поп.					

### Тест 2. Силовые упражнения

ФИО	Отжимание раз	Угол 90 раз	Пресс раз	Спина раз	Подтягивание раз

### Тест с оценкой качества «пластика»

№	Критерии	«5»	«4»	«3»
1	Тест на подвижность тазобедренного сустава: шпагат поочередно правой и левой ногой (на полу). Результат суммируется	Полное касание пола	Расстояние от пола до угла развода ног менее 10 см.	Расстояние от пола до угла развода ног менее 15 см.
2	Тест на подвижность позвоночного столба: «Коробочка» (лежа на животе)	Полное касание пальцами ног головы	Расстояние от пальцев ног до головы менее 5 см	Расстояние от пальцев ног до головы менее 10 см

3	Тест на подвижность позвоночного столба: «Складка» из положения стоя	Полное касание ладонями рук пола, не сгибая ноги в коленях	Расстояние от пола до ладоней, согнутых в кистях рук (не сгибая ноги в коленях), менее 10 см	Расстояние от пола до ладоней, согнутых в кистях рук (не сгибая ноги в коленях) от 15 до 10 см
4	Равновесие «Цапелька»	На высоком полупальце 3 сек	На полной стопе 3 сек	На полной стопе 2сек
5	Подвижность в голеностопных суставах	180 градусов	От 140 до 180 градусов	Менее 40 градусов
6	Определение правильной осанки	Ребенок долгое время может стоять у стены со свободно опущенными руками в положении одновременного прижатия к стене спины, пяток, ягодиц и затылка. Стопы при этом должны быть сомкнуты вместе.	Ребенок может недолго стоять у стены со свободно опущенными руками в положении одновременного прижатия к стене спины, пяток, ягодиц и затылка. Стопы при этом должны быть сомкнуты вместе.	Ребенок не может стоять у стены со свободно опущенными руками в положении одновременного прижатия к стене спины, пяток, ягодиц и затылка. Стопы при этом должны быть сомкнуты вместе.

### Тест с оценкой качества «силовые упражнения»

№	Критерии	«5»	«4»	«3»
1	.Отжимание 1 год – 4-5 раз 2 год – 6-7 раз 3 год – 8-9 раз 4 год – 10 раз	Правильное выполнение: Руки и ноги на ширине плеч, равномерное опускание тела со сгибанием локтей без касания туловищем пола	Частично правильное выполнение упражнения: Касание пола верхней или нижней частью туловища	Неправильное выполнение упражнения: Полное касание пола туловищем
2	Удержание ног под углом 90 градусов в прямом вися на шведской лестнице 1 год – 5-6 сек 2 год – 6-7 сек 3 год – 8-9 сек. 4 год – 10 сек.	. Ребенок выполняет заданные требования	Ребенок выполняет заданные требования на 1-2 сек. меньше	.Ребенок выполняет заданные требования меньше чем на 2 сек.
3	Закачивание пресса 1 год – 4-5 раз 2 год – 6-7 раз 3 год – 8-9 раз 4 год – 10 раз	Ребенок выполняет заданные требования	Ребенок выполняет заданные требования на 1-2 раза меньше	Ребенок выполняет заданные требования меньше чем на 2 раза
4	Закачивание спины 1 год – 4-5 раз 2 год – 6-7 раз 3 год – 8-9 раз 4 год – 10 раз	Ребенок выполняет заданные требования	Ребенок выполняет заданные требования на 1-2 раза меньше	Ребенок выполняет заданные требования меньше чем на 2 раза
5	Подтягивание	Ребенок выполняет	Ребенок выполняет	Ребенок выполняет

1 год – 4-5 раз с опорой на одну ногу 2 год – 5-6 раз с опорой на каждую ногу 3 год – 5-6 раз в прямом вися 4 год – 6-7 раз в прямом вися	заданные требования	заданные требования на 1-2 раза меньше	заданные требования меньше чем на 2 раза
--	---------------------	--	--

### Критерии оценки уровня **практической подготовки:**

- **высокий уровень** – обучающийся овладел на 100-80% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества;
- **средний уровень** – у обучающегося объём усвоенных умений и навыков составляет 70-50%; работает с оборудованием с помощью педагога; выполняет задания репродуктивно на основе образца;
- **низкий уровень** - ребёнок овладел менее чем 50%, предусмотренных умений и навыков; ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием; ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Таблица 1

ФИО	Показатели творческих способностей			
	Активность ( как деятельное отношение личности к миру, способность производить общественно-значимые преобразования)	Импровизация ( как способность без подготовки претворить в жизнь творческий замысел)	Фантазия (как способность мысленно создавать образ предмета или события)...	Нестандартное мышление ( как способность находить новые подходы и необычные решения в любых ситуациях)
	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

где 1, 2, 3, 4, 5 – степень выраженности показателя;

### Критерии оценки уровня **творческих достижений.**

- **высокий уровень** – ребенок всегда проявляет творческую активность, предлагает нестандартные решения; ребенок способен импровизировать; всегда охотно участвует в выступлениях коллектива;
- **средний уровень** – ребенок иногда проявляет творческую активность, выполняет поставленные творческие задания на заданном уровне; испытывает трудности с импровизацией; не отказывается принимать участие в выступлениях коллектива;

- **низкий уровень** – ребенок никогда не проявляет творческую активность, испытывает затруднения в выполнении поставленных творческих задач, далек от импровизации, к концертной деятельности относится равнодушно.

Таблица 2

ФИО	Показатели <b>личностного</b> развития			
	Инициативность (как форма проявления общественной активности, самостоятельности)	Коммуникативность (как способность позитивно взаимодействовать с другими детьми, быть дружелюбным, толерантным)	Дисциплинированность (как способность выполнять заданные требования, быть аккуратным, ответственным, собранным)	Целеустремленность (как способность ставить и достигать цели собственными усилиями, проявлять упорство)
	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

где 1, 2, 3, 4, 5 – степень выраженности показателя;

#### Критерии оценки уровня **личностного** роста.

- **высокий уровень** - ребенок проявляет инициативу в процессе освоения программы, дружелюбен, общителен, идет на компромиссы, способен подчиняться предъявляемым к нему требованиям, организован; умеет ставить цель и достигать результата собственными усилиями;

- **средний уровень** – ребенок редко проявляет инициативу в процессе освоения программы, дружелюбен выборочно, с трудом идет на компромиссы, не всегда способен подчиняться предъявляемым к нему требованиям, недостаточно организован, испытывает затруднения в постановке цели, достигает результата при помощи извне;

- **низкий уровень** – ребенок не проявляет инициативы, испытывает трудности в общении со сверстниками; бескомпромиссен, с трудом подчиняется предъявляемым к нему требованиям; не организован; теряется в постановке цели; для достижения результата не прилагает самостоятельных усилий;

#### Диагностическая карта результатов одного года обучения

Ф.И.О	Теоретические. знания			Практические умения и навыки			Среднее кол- во баллов
	В.сп	Ср.	Н.сп	В.сп.	Ср.	Н.сп.	



### Баллы

В.ср.- выше среднего- 3 балла

Ср.- средний- 2 балла

Н.ср.- ниже среднего 1 балл

Среднее количество баллов – Сумма всех баллов/ 2 (количество видов оценки)

Например:  $(2+2) : 2 = 2$

### Диагностическая карта результатов одного года обучения

Ф.И.О	Творческие достижения			Личностный рост			Среднее кол-во баллов
	В.ср	Ср.	Н.ср	В.ср.	Ср.	Н.ср.	

### Баллы

В.ср.- выше среднего- 3 балла

Ср.- средний- 2 балла

Н.ср.- ниже среднего 1 балл

Среднее количество баллов – Сумма всех баллов/ 2 (количество видов оценки)

Например:  $(3+2) : 2 = 2,2$

### Диагностическая карта результатов всего курса обучения

ФИО	I год обучения	II год обучения	III год обучения	IV год обучения	Общий Ср. балл

Суммируются средние баллы по диагностическим картам.

Выводится средний балл за один год обучения и за весь курс обучения.

### Мониторинг уровня выступлений обучающихся

ФИО	Районный	Городской	Региональный	Всероссийский	Международный

### ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ

20\_\_\_/20\_\_\_ учебный год

итоговой аттестации воспитанников объединени \_\_\_\_\_

Название объединения \_\_\_\_\_

Фамилия, имя, отчество педагога \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

Форма проведения \_\_\_\_\_

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий) \_\_\_\_\_

Члены аттестационной комиссии. \_\_\_\_\_

(Ф.И.О., должность)

### Результаты итоговой аттестации

п/п	Фамилия имя ребенка	Год обучения	Итоговая оценка
1.			
2.			

Всего аттестовано \_\_\_\_\_ воспитанников. Из них по результатам аттестации:

высокий уровень \_\_\_\_\_ чел.

средний уровень \_\_\_\_\_ чел.

низкий уровень \_\_\_\_\_ чел.

Подпись педагога \_\_\_\_\_

Подписи членов  
аттестационной комиссии

---

---

---

---

## **Методическая разработка занятия: «Развитие цирковых умений и навыков»**

**Цели урока:** Подготовить детей к правильному выполнению элементов: стойка на руках, коробочка, стульчик, березка.

**Задачи:** 1. Научить детей безопасной трюковой технике.

2. Развить способность контролировать движения тела.

3. Воспитать эстетические навыки, показа номеров.

**Оборудование:** Зал для занятий, магнитофон, форма учащихся.

### **Ход урока**

#### **I. Организация урока**

1. Проверка готовности учащихся к уроку
2. Сообщение темы и цели урока

#### **II. Повторение пройденного материала.**

Опрос учащихся по вопросам:

- для чего мы делаем разминку?
- какие упражнения мы исключаем из физической подготовки? (согласно специфики учреждения)

#### **III. Изучение нового материала.**

##### **1. Упражнение «стойка на руках»**

Выполняется у стены. Исходное положение: руки над головой, толчковая нога выставлена вперед. При наклоне туловища кисти рук ставятся близко к стене, пальцы растопырены. Маховая нога делает плавный мах. Обе ноги поднимаются наверх. Вытянуть локти, закрепить ягодицы, носки тянуться вверх. Сход одной ногой вниз. Повторить с другой опорной ногой.

##### **2. Упражнение «Коробочка»**

Исходное положение: лежа на животе поднять корпус туловища на вытянутых руках, голову запрокинуть назад. Ноги согнуть в колени, носки тянуться к голове, голова - к носкам. Задержка в таком положении 4-5 секунд.

##### **3. Упражнение «Березка»**

Исходное положение: лежа на спине поднять ноги, вытянуть вверх. Носки тянутся в потолок, ягодицы втянуть.

1 вариант: руки поддерживают спину.

2 вариант: без рук.

#### **4. Упражнение «Стульчик»**

Выполняется в паре.

Нижний в паре человек сгибает колени, садится как будто на стул спина прямая, руки вытянуть вперед. Верхний в паре человек встает поочередно правой и левой ногой на бедра нижнему. Руки упираются в плечи нижнему. Нижний помогает верхнему встать, держа его за талию. Верхний отпускает одну руку, делает разворот на зрителя. Фиксация 4-5-секунд.

### **IV. Практическая работа.**

Повторение номеров, в которую включены изучаемые цирковые элементы

### **V. Итог урока**

1. Расслабление. Восстановление дыхания.
2. Самоанализ деятельности учащихся: что получилось? Что не получилось? Почему?
3. Обсуждение дальнейших планов.

### **Как научиться жонглировать**

Жонглер – цирковой артист, искусно подбрасывающий и ловящий сразу несколько предметов.

Уметь жонглировать и заниматься жонглированием полезно каждому человеку. Это занятие развивает настойчивость, внимание, точность, ловкость. Хорошо развивает руки, особенно кисти и пальцы.

Лучше всего учиться над диваном и вдали от окон, стеклянных и фарфоровых предметов.

Если вы будете настойчиво заниматься каждый день 15-20 мин., вы скоро привыкнете к шарам и они все больше и больше будут вас «слушаться» – лететь туда, куда вы их посылаете и меньше падать на пол.

Упражнения с одним мячом

1. Подбрасывать и ловить шар одной рукой. На неведущую руку следует делать в полтора раза больше упражнений.
2. Перебрасывать шар из одной руки в другую. Рука, ловящая шар, немного опускается, этим смягчается удар шара о руку. Вырабатывается плавность и мягкость движений.

3. Подбросить мяч вверх, успеть сделать хлопок (2 хлопка, 3 хлопка), поймать мяч. Ребенок должен понять, что количество хлопков зависит от высоты подбрасывания мяча.
4. Подбросить мяч вверх, успеть повернуться вокруг себя и поймать мяч.
5. Держа шар рукой, тыльная сторона которой повернута вверх, отпускать его и налету схватывать. Это упражнение надо делать очень быстро, чередуя отпускания и схватывания.
6. Перекидывать мяч правой рукой под вытянутой левой и, наоборот, левой - под вытянутой правой. Ловить мяч нужно той же рукой, которая делала бросок.
7. Перекидывать мяч правой рукой под поднятой левой ногой, затем – левой рукой под поднятой правой ногой. Ловить мяч можно противоположной рукой.
8. Правая рука с мячом на голове, левая – в свободном положении ниже талии посередине туловища. Мяч скатывается с головы, рука внизу хватает мяч. Поменять правую и левую руку. Упражнение помогает приучиться хватать мяч в нижнем положении руки.
9. Заводим поочередно правую и левую руку с мячом за спину. Делаем резкий выброс мяча вверх. При правильной подаче мяч летит ровно вверх над противоположным плечом.
10. Работа в парах. Бросаем мяч правой рукой, ловим подаваемый мяч левой и наоборот. Упражнение развивает координацию.
11. Дети стоят в кругу. Стоящие напротив бросают мяч друг другу, при этом выбирают разный уровень траекторий, чтобы мячи не столкнулись. Могут работать одновременно сразу несколько пар. Упражнение развивает координацию, умение работать в команде.

### **Техника выполнения акробатического упражнения «Колесо»**

Колесо – это акробатическое упражнение, при выполнении которого тело поворачивается через голову на 360 градусов.

Выполнять трюк нужно только после хорошей разминки. Для этого подойдут приседания, прыжки и обязательно упражнения на растяжку.

1. Становимся прямо.
2. Делаем два шага вперед для разгона.
3. опускаем правую руку вниз, поднимая правую ногу вверх
4. Оттолкнувшись рукой об пол, поднимаем левую ногу так, чтобы она образовала с правой одну линию.
5. Приставляем левую руку к правой, ноги полностью поднимаются.
6. Опускаем на пол левую ногу, отрывая правую руку от опоры.
7. Ставим на пол левую ногу и отрываем от опоры правую руку. Упражнение выполнено.

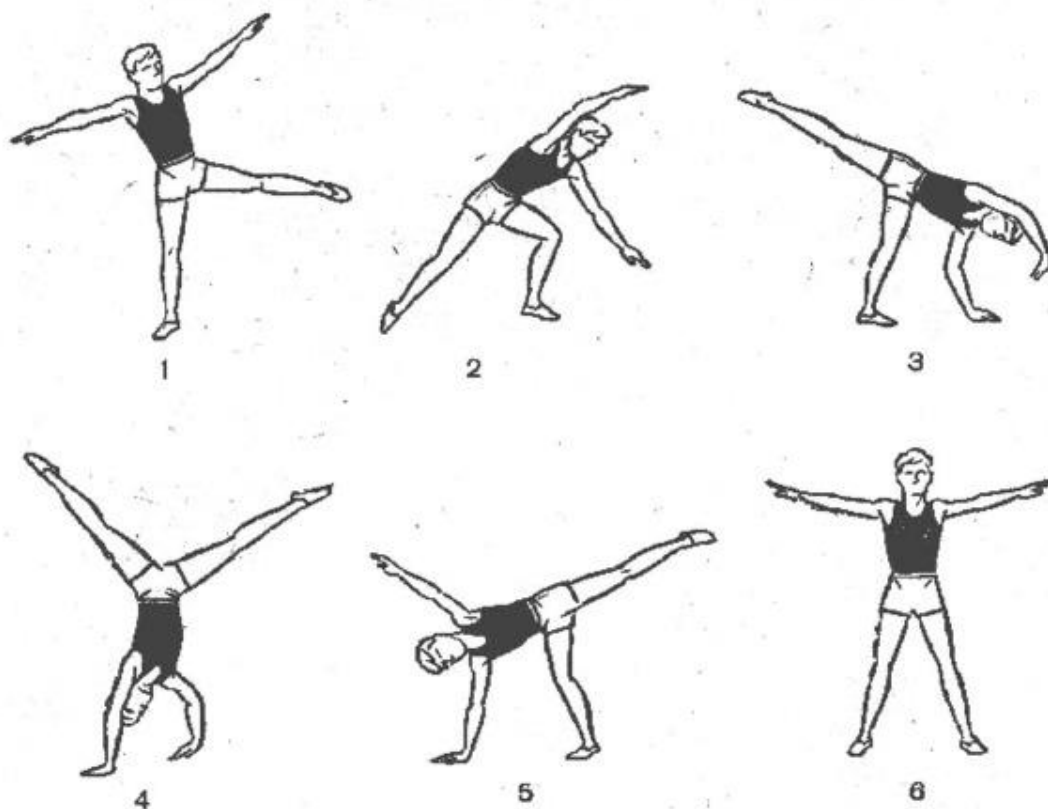


Рис. 146

Если человек обладает крепким и сильным телом, готовым к физическим нагрузкам, то он может научиться колесу даже за одну тренировку.

Колесу можно обучаться двумя способами: у стены, и с помощью перепрыжек. У стены учить его несколько сложнее, но обучившись таким образом оно почти сразу будет выглядеть красивым и эффектным.

Для начала стоит уделить время стойке на руках у стены. При выполнении хорошего колеса ноги проносятся вертикально над головой, и хорошую базу для этого даст стойка на руках. Также нужно определиться в какую сторону легче делать колесо. Чтобы выяснить это не пробуя, можно представить его выполнение в голове, и в какую сторону оно выполняется в мыслях, так и пробовать.

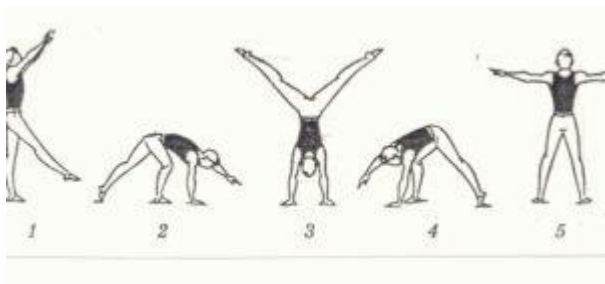
Обучение колеса у стены проходит следующим образом:

1. Удостовериться, что в стойке на руках у стены получается простоять не менее 30 секунд.
2. Стоя на руках, развести ноги как можно шире. Далее из этого положения попробовать наклониться в сторону, поднять

- противоположную руку и приземлиться на ногу. Потом слегка оттолкнуться стоящей рукой и домахнуть висящей ногой, тем самым попытаться встать.
3. Теперь нужно попробовать выйти в стойку на руках через сторону. Для этого нужно стоя у стены наклониться в сторону, поднять одну ногу и опуститься на руку. Перевернувшись, поставить вторую руку и постараться задержаться в этом положении.
  4. Далее следует объединять предыдущие шаги. Но делать это нужно в более ускоренном темпе, не задерживаясь на руках. Понемногу ускоряя переброс тела и ног, нужно понемногу отходить от стены, и как можно меньше на нее опираться.
  5. Последний шаг — колесо на открытом месте. Если страшно, ноги можно наклонить немного к земле. Когда страх пройдет, колесо будет ровным, четким и красивым.

Учить колесо перепрыжками проще и менее страшно, но добиваться красивого исполнения придется дольше. План обучения таков:

1. Стоя на ногах раздвинуть их пошире и наклониться, поставив руки на землю как можно ближе к ногам. Взгляд желательно направлять не в землю, а назад. Находясь в таком положении перенести вес на одну ногу, и перепрыгнуть на другую, стараясь подкинуть при этом ноги и туловище как можно выше.



2. Далее пробовать сделать перепрыжку с захода: наклониться вбок, поставить две руки на землю и перепрыгнуть на другую ногу. Делать нужно это плавно, не притормаживая при наклоне и используя инерцию.
3. Теперь можно пробовать встать после перепрыжки — вытолкнуться руками и домахнуть второй ногой.
4. После того как получилось встать из перепрыжки, пробуем делать колесо. Для этого нужно ставить не сразу обе руки, а поочередно. Со

временем тело привыкнет, и полное движение уже станет выглядеть как колесо.

5. Но как можно заметить, что при выполнении колеса акробаты ставят и руки, и ноги на одну линию. При обучении перепрыжками руки могут привыкнуть стоять за линией головы и ног. Поэтому нужно стараться тянуть руки дальше в сторону и ближе на линию ног, а ноги перебрасывать все выше и выше. Через некоторое время колесо выровняется и станет красивым и размашистым.

### **Упражнения для рук для улучшения выполнения колеса**

При выполнении колеса на пару мгновений вес всего тела находится на руках. Руки никоим образом не должны прогибаться под колесом, иначе неминуемым станет падение, а то и приземление на голову. Поэтому мышцы рук стоит прокачивать перед и во время обучения колесу. Для этого пригодятся следующие упражнения:

- Как уже было неоднократно сказано — стойка на руках — лучшее упражнение для улучшения колеса. Стоять нужно уверенно, не опираясь на стену, а лишь слегка касаясь ее, для удержания равновесия.
- Планка. В последнее время данное упражнение приобрело большую популярность. Планку очень просто выполнять — для этого нужно всего лишь удерживать определенное положение тела в одном положении некоторое время. Это статическое упражнение поможет подтянуть большую часть мышечного корсета, что сделает выполнение колеса куда более уверенным.
- Отжимания от пола. Отжимания в любой вариации полезным образом скажутся на физическом развитии мышечной ткани рук и груди. Отжиматься следует как минимум 15-20 раз. Для девушек классические отжимания могут быть достаточно сложным вариантом, но в данном случае их можно заменить на отжимания с коленей.

### **Упражнения на развитие гибкости**

Для выполнения колеса гибкость не играет особо важной роли, но красивого исполнения элемента без определенного уровня гибкости попросту не добиться. Поэтому часть тренировок стоит уделить и упражнениям для гибкости позвоночника.

- Наклоны стоя. Нужно поставить ноги на ширину плеч, расправить плечи и выпрямить спину. Наклоны делать во все стороны, особенно



уделить внимание наклонам в сторону — ведь при выполнении колеса именно туда и наклоняется тело.

- Скручивания корпуса. Упражнение не только для гибкости, но и для укрепления мышц спины. Для этого нужно встать прямо, наклонить прямой корпус вперед, и проворачиваться вокруг позвоночника вправо и влево.

### Упражнения для увеличения силы ног

Ноги тоже выполняют не последнюю роль при исполнении колеса. Особенно это ощущается при выходе из колеса на ноги — тогда вес всего тела на секунду приходится всего на одну ногу. И чтобы в этом моменте не упасть, нужны сильные мышцы ног.

Для прокачки ног существует очень большое количество разнообразных упражнений. Но для колеса достаточно прокачаться такими способами:

- Обычные приседания. Они очень хорошо прокачивают квадрицепсы, а если присесть глубоко — то прорабатываются и икры. Также укрепляются связки и суставы, что серьезно уменьшит вероятность получения каких-либо травм. Для усложнения упражнения можно присесть на одной ноге, или же просто с утяжелениями.
- Махи ногами. Махи не только увеличивают взрывную силу ног, но и динамическую растяжку. С хорошей поперечной растяжкой колесо будет смотреться еще качественней. Махи выполняются просто: нужно встать у опоры, слегка наклониться к ней и схватиться, и махать одной ногой в сторону или назад. Для колеса, как можно было догадаться, лучше всего подойдут махи ногами в сторону.

### Комплекс упражнений для зарядки (утренний)

Описание	дозировка	Методика
Махи руками	по 8 раз	Исходное положение - стоя, руки перед грудью. Рывки рук назад, согнутыми в локтях и прямыми по 2 раза. И.п. – стоя, правая рука вверху левая внизу. Рывки руками назад по 2раза, поменяли руки. Круговые вращения прямых рук вперед, назад.
Вращения суставов рук	по 4 раза	И.п. – стоя, руки в стороны. Вращаем кисти вперед, назад. Вращаем локти вперед, назад. Кисти на плечи, вращаем плечи вперед, назад.
Наклоны головы	по 4 раза	Исходное положение – стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Медленные наклоны головы влево – вправо – вперед –

		назад. Заглянули за плечо влево, вправо посмотрели на пяточки. Медленное вращение головы влево, вправо.
Движения плечами	по 8 раз	И.п. – стоя, руки свободно опущены, резко поднимаем и опускаем плечи. Затем поднимаем и отводим максимально назад и вниз.
Скручивание туловища	8 раз	И.п. – стоя, ноги шире плеч, руки перед грудью, локти на уровне плеч. Скручивание туловища направо, налево.
Наклоны туловища	по 4 раза  8 раз	И.п. – ноги шире плеч. Наклоны туловища с поднятой рукой влево, вправо. Затем Наклоны туловища вперед под углом 90 градусов (потянулись руками вперед, поясница прогнута), выпрямились, прогнулись назад (посмотрели на заднюю стенку). Затем Наклоны вперед «пружинистые» (касаемся ладонками пола, колени не сгибаем)
Растяжка плеч	8 раз	И.п. – из предыдущего положения отойти ладонками немного вперед, пятки прижаты к полу. Делаем возвратные движения туловищем до ощущения растяжки плеч.
Упражнения с палкой	по 8 раз	И.п. – взять палку двумя руками широко так, чтобы можно было повернуть палку назад над головой не сгибая локтевые суставы, и обратно вперед. Попробуйте чуть сузить расстояние между руками и также повернуть. Затем Держим палку над головой (расстояние между руками чуть шире плеч), опускаем палку назад до уровня лопаток. Затем Приседаем, поднимая при этом палку двумя руками вверх. Затем Держать палку за спиной на уровне лопаток, подниматься на носочках.

### **Комплекс упражнений для зарядки (вечерний)**

Описание	дозировка	Методика
«Велосипед»	по 10 раз	Лежа на полу, на спине, круговые движения ногами вперед, назад, имитирующие езду на велосипеде.
Поднимание таза	10-15 раз	Лежа на полу, на спине, колени согнуты, поднимаем таз максимально вверх, опускаем, повторяем.
Закидывание ног за голову	10-15 раз	Лежа на полу, на спине, поднимаем прямые натянутые ноги за голову до соприкосновения с полом за головой и обратно
Наклоны колен	10-15 раз	Лежа на полу, на спине, колени согнуты, плечи прижаты, руки в стороны на полу. Отклоняем колени направо – налево до соприкосновения с полом.

Движения ногами	8-10 раз	Лежа на спине, на спине, ноги вытянуты. Поднимаем одновременно натянутые обе ноги, закидываем за голову до соприкосновения с полом и обратно.
Упражнение для верхнего пресса	10-15 раз	Лежа на полу, на спине, колени согнуты, руки за голову. Поднимаем туловище к коленям, ложимся в исходное положение.
«Лодочка»	8-10 раз	Перевернулись на живот. Покачивания на животе в разных вариантах: «лодочка», или взявшись руками за ноги, или поднятие спины с разведением рук в стороны.
Упражнение для нижнего пресса	8-10 раз	Прямой вис на турнике или шведской лестнице. Поднимаем ноги до угла 90, или сгибаем ноги плотно к животу.

Утренние упражнения направлены на улучшение кровообращения в шейно-плечевом отделе позвоночника, что помогает настроить и мозговое кровообращение на работу в течение дня.

Вечерние упражнения расслабляют скопившееся за день напряжение позвоночника, улучшают кровообращение в поясничном отделе позвоночника.

10 минут утренней и 5 минут вечерней зарядки ежедневно помогут вам сохранять здоровье позвоночника и ощущение бодрости каждый день.

Цирковой коллектив «Какаду»  
 Вариативное календарное планирование  
 для группы с нагрузкой 4 часа в неделю, 144 часа в год  
 (дистанционное обучение)  
 I год обучения

№	Тема занятия	Содержание занятия	Ссылка на эл. ресурс	Рекомендации	Форма контроля
1.	Введение. Техника безопасности	Правила безопасности на дорогах	Серия мультфильмов для детей <a href="https://yandex.ru/efir?reqid=1597833305466992-994363367567089011853576-production-app-host-vla-web-yp-128&amp;stream_id=476436e667c9298fa2f226ebe7a933e5">https://yandex.ru/efir?reqid=1597833305466992-994363367567089011853576-production-app-host-vla-web-yp-128&amp;stream_id=476436e667c9298fa2f226ebe7a933e5</a>	Просмотр мультфильма – 20 мин. Ответы на вопросник – 10 мин.	Нарисовать правила безопасности
2.	Развитие пластики тела	Комплекс утренней и вечерней зарядки	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 1	Просмотр текста – 10 мин. Проведение зарядки – 20 мин.	Таблица результатов
3	Хореография	Ритмика	Открытый урок 1 <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2938375107780267903&amp;text=детские+танцы+видео+7-8+лет+открытые+уроки">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2938375107780267903&amp;text=детские+танцы+видео+7-8+лет+открытые+уроки</a> Открытый урок 2 <a href="https://yandex.ru/video/preview?wiz_type=vital&amp;filmId=4794467986554949259&amp;text=детские%20танцы%20видео%207-8%20лет%20видеоуроки&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1597985794753590-1182535691728412800800280-prestable-app-host-sas-web-yp-26&amp;redircnt=1597987461.1">https://yandex.ru/video/preview?wiz_type=vital&amp;filmId=4794467986554949259&amp;text=детские%20танцы%20видео%207-8%20лет%20видеоуроки&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1597985794753590-1182535691728412800800280-prestable-app-host-sas-web-yp-26&amp;redircnt=1597987461.1</a>	Просмотр открытого урока 1 – 5 мин. Повторение движений под видео – 5 мин. Перерыв – 5 мин. Просмотр открытого урока 2 – 5 мин. Повторение движений под видео – 5 мин.	Видеоотчёт
4.	Актёрское мастерство	Выразительные средства актёра: мимика, жесты	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 15	Просмотр видеоматериалов – 10 мин. Самостоятельная работа – 20 мин.	Фотоотчёт с комментариями
5.	Развитие цирковых умений и навыков	Жонглирование 1 мяч	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 2	Просмотр текста – 10 мин. Проведение зарядки – 20 мин	Видео отчёт
6	Итоговое занятие	Проверка полученных знаний	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 11	Самостоятельная работа – 20-30 мин.	Вопросник

Цирковой коллектив «Какаду»  
 Вариативное календарное планирование  
 для группы с нагрузкой 4 часа в неделю, 144 часа в год  
 (дистанционное обучение)  
 II год обучения

№	Тема занятия	Содержание занятия	Ссылка на эл. ресурс	Рекомендации	Форма контроля
1.	Введение. Техника безопасности	Правила безопасности	Мультфильм. Смешарики Азбука безопасности <a href="https://yandex.ru/efir?reqid=1598006930591528-1352721880975236774300281-production-app-host-vla-web-yp-311&amp;stream_id=4bf51b3e06e0172380810baf2319d0e1">https://yandex.ru/efir?reqid=1598006930591528-1352721880975236774300281-production-app-host-vla-web-yp-311&amp;stream_id=4bf51b3e06e0172380810baf2319d0e1</a>	Просмотр мультфильма – 15 мин. Самостоятельная работа – 15 мин.	Написать правила безопасности
2.	Развитие пластики тела	Комплекс утренней и вечерней зарядки	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 1	Просмотр текста – 10 мин. Проведение зарядки – 20 мин.	Таблица результатов
3	Хореография	Элементы русского народного танца	Видеоматериал <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9774637593111818958&amp;reqid=1598005540946496-1325584817609580879900133-man2-7363&amp;suggest_reqid=674554422150254277655697320845424&amp;text=русский+народный+танец+для+детей+7-8+лет+видео+обучение">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9774637593111818958&amp;reqid=1598005540946496-1325584817609580879900133-man2-7363&amp;suggest_reqid=674554422150254277655697320845424&amp;text=русский+народный+танец+для+детей+7-8+лет+видео+обучение</a>	Выполнять параллельно с просмотром – 15 мин.	Видеоотчёт
4.	Актёрское мастерство	Искусство пантомимы	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 6	Просмотр текста – 10 мин. Выполнение упражнений – 29 мин.	Написать имена актёров-мимов
5.	Развитие цирковых умений и навыков	Техника выполнения акробатического упражнения «Колесо»	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 3	Соблюдение пространства Просмотр текста – 10 мин. Проведение зарядки – 20 мин с промежутками во времени Контроль самочувствия.	Видео отчёт
6.	Итоговое занятие	Проверка полученных знаний	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 12	Самостоятельная работа – 20-30 мин.	Вопросник

Цирковой коллектив «Какаду»  
 Вариативное календарное планирование  
 для группы с нагрузкой 4 часа в неделю, 144 часа в год  
 (дистанционное обучение)  
 III год обучения

№	Тема занятия	Содержание занятия	Ссылка на эл. ресурс	Рекомендации	Форма контроля
1.	Введение. Техника безопасности	Правила безопасности	Мультфильм. Смешарики Азбука безопасности <a href="https://yandex.ru/efir?reqid=1598006930591528-1352721880975236774300281-production-app-host-vla-web-yp-311&amp;stream_id=4bf51b3e06e0172380810baf2319d0e1">https://yandex.ru/efir?reqid=1598006930591528-1352721880975236774300281-production-app-host-vla-web-yp-311&amp;stream_id=4bf51b3e06e0172380810baf2319d0e1</a>	Просмотр мультфильма – 15 мин. Ответы на вопросник – 15 мин.	Написать правила безопасности
2.	Развитие пластики тела	Растяжка	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 5	Просмотр текста – 10 мин. Проведение зарядки – 20 мин.	Таблица результатов
3	Хореография	Знакомство с танцами разных народов	Презентация <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15722722345199231161&amp;text=танцы+разных+народов+мира+презентация&amp;url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DRlt5dt7Vv-8">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15722722345199231161&amp;text=танцы+разных+народов+мира+презентация&amp;url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DRlt5dt7Vv-8</a> Видео материал <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10881186242896626089&amp;reqid=1598417372240380-568874167408268576600105-vla1-2011&amp;suggest_reqid=674554422150254277673991136062817&amp;text=танцы+разных+народов+мира+обучение">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10881186242896626089&amp;reqid=1598417372240380-568874167408268576600105-vla1-2011&amp;suggest_reqid=674554422150254277673991136062817&amp;text=танцы+разных+народов+мира+обучение</a>	Просмотр презентации – 5 мин. Самостоятельная работа 10 мин. Просмотр видеоматериала– 5 мин. Самостоятельная работа 10 мин.	Написать названия танцев разных народов
4.	Актёрское мастерство	Сценическое движение, Сценическая речь	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 16		
5.	Развитие цирковых умений и навыков	Игра с хула-хупами	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 4	Просмотр текста – 10 мин. Проведение зарядки – 20 мин	Видео отчёт
6.	Итоговое занятие	Проверка полученных знаний	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 13	Самостоятельная работа – 20-30 мин.	Вопросник

Цирковой коллектив «Какаду»  
 Вариативное календарное планирование  
 для группы с нагрузкой 4 часа в неделю, 144 часа в год  
 (дистанционное обучение)  
 IV год обучения

№	Тема занятия	Содержание занятия	Ссылка на эл. ресурс	Рекомендации	Форма контроля
1.	Введение. Техника безопасности	ЗОЖ	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 8	Просмотр текста – 15 мин. Самостоятельная работа – 15 мин.	Заполнить таблицу
2.	Развитие пластики тела	Растяжка	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 5	Просмотр текста – 10 мин. Проведение зарядки – 20 мин.	Таблица результатов
3	Хореография	Презентация на тему «Хореография»	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 10	Просмотр презентации – 10 мин. Самостоятельная работа – 20 мин.	Видеоотчёт
4.	Актёрское мастерство	Грим	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 17		Видеоотчёт
5.	Развитие цирковых умений и навыков	Цирковые династии	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 9	Просмотр текста – 15 мин. Подготовка рассказа о династиях – 15 мин	Видео отчёт
7	Итоговое занятие	Проверка полученных знаний	<a href="http://dyc74.ru/">http://dyc74.ru/</a> Дистанционное обучение Занятия педагогов Цирковой «Какаду» Попова Е.Г. Занятие 14	Самостоятельная работа – 20-30 мин.	Вопросник