

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТУЛЫ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ И НАУЧНО-
ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА»
(МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ»)

ПРИНЯТА
на заседании педагогического
совета МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ»
(протокол от 21.08.2023 №1)



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ»

А.А. Субботин

Приказ от 21.08.2023 №138-осн

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Цирковая студия «Ералаш»

Уровень программы: разноуровневая (стартовый, базовый,
продвинутый)

Возраст обучающихся: 6-14 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель: Орлова Екатерина Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

г. Тула, 2023

Внутренняя экспертиза проведена.
Программа рекомендована к рассмотрению
на заседании педагогического совета
МБУДО «Городской центр развития
и научно-технического творчества детей и юношества»

Методист Жолу /Колесникова А.В./

«18» августа 2023 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Цирковая студия «Ералаш» работает на базе МБУДО «Городской центр развития и научно-технического творчества детей и юношества» с 2017 года.

Обучающиеся детского объединения занимаются по дополнительной общеразвивающей программе «Цирковая студия «Ералаш» (далее - программа).

Цирковое искусство является одним из древнейших составляющих мировой культуры и спорта. Оно сформировалось из народных площадных представлений и театрализованных спортивных соревнований. В программу входили: акробатические и жонглерские номера, дрессировка животных, иллюзионные аттракционы. Выступления профессиональных цирковых артистов были известны еще в Древнем Египте, Древней Греции, Древнем Риме, Византии и других странах. Со второй половины 18 века начали формироваться первые династии русских цирковых артистов. Первый стационарный цирк в России был открыт 11 декабря 1827 года в Петербурге.

Российское цирковое искусство является выдающимся творческим явлением в мировом художественном пространстве, обладает собственными уникальными традициями. Ему принадлежат многие художественные открытия, трюковые ноу-хау, авторские разработки, получившие признание и распространение в мировом цирке. Гастроли российских артистов имеют широчайшую географию и пользуются успехом во многих странах. Их номера и аттракционы постоянно завоевывают медали и призовые места на международных фестивалях и конкурсах циркового искусства. Российские исполнители часто составляют основу программ в крупнейших цирках мира.

Цирк в нашем родном городе Тула имеет свою уже почти 150-летнюю историю, т.к. работает с 1870 года. В силу своей красоты и яркости цирковое искусство притягательно для обучающихся самого разного возраста, и неудивительно, что им хочется стать участниками этого яркого и зрелищного действия.

Направленность программы – художественная.

Нормативно-правовой аспект создания программы

Программа создана и обновлена на основании действующих нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность педагогов учреждения дополнительного образования:

1. «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп.).

3. Федеральный закон от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изм. и доп.).

4. Федеральный закон от 24.06.1999 №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изм. и доп.).

5. Указ Президента РФ от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

7. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

10. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (начало действия с 01.09.2022).

11. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...»).

13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

14. Закон Тульской области от 30.09.2013 №1989-ЗТО «Об образовании» (с изм. и доп.).

15. Постановление администрации города Тулы от 29.04.2022 №268 «Об утверждении административного регламента предоставления муниципальной услуги «Запись на обучение по дополнительным общеразвивающим программам».

16. Устав МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ», другие нормативные правовые документы федерального, регионального и муниципального уровней в рамках дополнительного образования детей и взрослых с учетом изменений и дополнений действующего законодательства Российской Федерации, в т.ч.

- методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые) от 18.11.2015 №09-3242 и от 29.03.2016 №ВК-641/09 по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей;

- письмо Минпросвещения России от 31.01.2022 №ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Минпросвещения России от 15.04.2022 №СК-295/06 «Об использовании государственных символов Российской Федерации» (вместе с «Методическими рекомендациями "Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также организациях отдыха детей и их оздоровления"»);

- Письмо Минпросвещения России от 17.06.2022 №АБ-1611/06 «О направлении Стандарта церемониала» (вместе со "Стандартом Церемонии поднятия (спуска) Государственного флага Российской Федерации», утв. Минпросвещения России 06.06.2022);

- Письмо министерства образования Тульской области от 27.03.2023 №16-10/2754 «Пути повышения доступности дополнительного образования детей в системе образования региона» (методические рекомендации).

Актуальность программы

Все мы в детстве любили цирк. Выступления акробатов и эквилибристов нас завораживали, удивляли невероятные фокусы, смешили забавные клоуны. Многие из нас мечтали стать отважными дрессировщиками, искусными жонглерами или веселыми клоунами. Современные дети и подростки не отличаются от нас, взрослых. И теперь многие из них хотят если не стать профессиональным цирковым артистом, то хотя бы научиться трюкам, которые они видели в цирке.

Цирковая деятельность, как событийная форма работы, является для обучающихся необычайно привлекательной и вызывает массу положительных эмоций. Игровой сюжет цирка задает целенаправленную динамику отдельным занятиям, вносит смысловую перспективу в овладение разнообразными упражнениями программы, служит предпосылкой эстетического восприятия движений, веселого творчества и сотрудничества обучающихся и педагогов.

В основе циркового искусства лежат особые умения и навыки, поэтому воспитание циркового артиста должно начинаться как можно раньше, чем раньше обучающийся начнет совершенствовать свои физические способности, тем больших успехов он сможет достичь. Россия единственная страна мира, где существует дополнительное, предпрофессиональное образование для артистов цирка. Такое образование помогает достаточно хорошо развивать новые направления циркового искусства, поднимает художественно-эстетический уровень цирковых номеров и представлений, поднимает престиж профессии циркового артиста, обновляет и омолаживает творческий состав.

Уровни сложности программы

Программа имеет разноуровневый статус сложности освоения

1 год обучения (6-7 лет)	Стартовый уровень	Предполагает использование и реализацию универсальных форм организации материала: формирование у обучающихся начальных навыков гимнастики, акробатики, навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины, системы разносторонних знаний об искусстве и истории цирка, цирковом этикете, истории Отечества и умение применять их в интеллектуальных играх
2-3 годы обучения (8-9 лет)	Базовый уровень	Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые обеспечивают формирование специальных двигательных навыков, совершенствование

		физических способностей, освоение специализированных знаний: основы цирковых жанров; техника безопасности на тренировках и выступлениях
4 год обучения (10-14 лет)	Продвинутый уровень	Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые обеспечивают совершенствование физических способностей и двигательных навыков специальных, обучающихся, доступ к нетривиальным знаниям: жанры циркового искусства; цирковая этика

Педагогическая целесообразность программы

Занятие цирковым искусством позволяет стремиться к достижению красоты и способности владения своим телом в совершенстве. Постоянные тренировки позволяют укрепить здоровье обучающегося, научить его правильно распределять нагрузку во время физических упражнений, координировать свои движения, воспитывают волю, терпение и трудолюбие. Занятия в коллективе способствуют нравственному росту обучающихся, культуре и этике отношений в коллективе, развитию творческих, артистических и сценических способностей.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что обращение к красочному цирковому искусству способствует художественно-эстетическому воспитанию, развитию смелого, сильного, ловкого, гармонически развитого человека, который с ловкостью может продемонстрировать такие качества как упорство и терпение, хорошие физические данные, физическую выносливость, требовательность к себе и другим, творческое мышление, непринужденность в работе, актерские способности, способность преодолевать страх и усталость.

Цирковое искусство уникально по своей природе, оно сочетает в себе множество жанров, постоянно пересекающихся между собой, что позволяет эффектно преподнести достижения многих смежных видов искусства. В создании полноценного художественного образа в искусстве цирка большую роль играют и такие виды искусств как музыка, танец, пантомима, живопись и даже архитектура. Таким образом, над созданием циркового произведения трудится коллектив, состоящий как из самих артистов, так и режиссера, художника, балетмейстера, композитора и многих других.

Программа может быть реализована в дистанционном формате.

Программа предполагает наличие вариативной части. Вариативная часть разрабатывается педагогом дополнительного образования самостоятельно в случае введения в учреждении дистанционной формы обучения. Вариативная часть предоставляется возможность педагогу менять темы, разделы программы.

В рамках дистанционной формы обучения данная программа будет реализована с использованием платформ и сервисов для проведения онлайн и видео-конференций, мессенджеров, социальных сетей.

Дистанционная форма предполагает изучение не менее 55% объема программы в режиме онлайн с использованием выбранной платформы и мессенджеров. Допускается использование электронных образовательных ресурсов сети Интернет, не противоречащих нормам этики и морали, в форме мастер-классов, видео-экскурсий и т.п. по направлению деятельности, электронную почтовую рассылку (методические рекомендации, информационные материалы), работу в мессенджерах (консультационная работа), кейс-технологии, презентации и др.

Отличительная особенность программы

Отличительная особенность программы заключается в переходе от традиционных подходов физического воспитания к творческой двигательной программе с элементами спортивной и художественной гимнастики, цирковой акробатики и событийном оформлении жизни обучающихся.

Программа предусматривает приобщение к цирковому искусству в тесной связи с другими видами искусства и физической культуры. Занятия хореографией являются неотъемлемой частью цирковых жанров. Хореографическая подготовка в цирке базируется главным образом на классической основе. Основы актёрского мастерства закладывают необходимую уверенность для выступлений на сцене, органичность в предлагаемых обстоятельствах, чёткое актёрское попадание в образ поставленного номера.

Программа направлена на создание условий для художественного образования, эстетического воспитания, духовно-нравственного развития; овладение духовными и культурными ценностями; приобретение опыта творческой деятельности. Одним из важных направлений в программе является художественное развитие и нравственно-эстетическое воспитание, включающее в себя формирование ценностных и эстетических ориентиров, укрепление физического здоровья и формирование здорового образа жизни.

Адресат программы: программа предназначена для обучающихся 6-14 лет.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизиологических особенностей обучающихся (Приложение 2).

На обучение принимаются обучающиеся преимущественно от 6 до 14 лет,

годные по состоянию здоровья (наличие медицинской справки) и прошедшие отбор по внешним сценическим данным – физическое сложение, фигура, по физическим данным – координация движений, острота реакции, прыгучесть, пластичность, выносливость.

Объем программы - 792 часа

1 год обучения - 144 часа

2 год обучения - 216 часов

3 год обучения - 216 часов

4 год обучения - 216 часов

Формы обучения - очная

Формы организации образовательного процесса: групповая, по подгруппам, индивидуальная.

Формы проведения занятий: тренировки, репетиции, открытые и зачётные занятия, спортивные праздники, концертные выступления, конкурсы и фестивали, творческие встречи с профессиональными артистами, экскурсии в цирк.

Тип занятий: комбинированный

Срок освоения: 4 года.

Режим занятий

1 год обучения (*для обучающихся 6-7 лет*) - два раза в неделю по 2 академических часа продолжительностью по 30 минут, перерыв – 10 минут;

1 год обучения (*для обучающихся 8-14 лет*) - два раза в неделю по 2 академических часа продолжительностью по 45 минут, перерыв – 10 минут;

2 и 3 год обучения – три раза в неделю по 2 академических часа продолжительностью по 45 минут, перерыв – 10 минут;

4 год – индивидуально-групповые занятия три раза в неделю по 2 академических часа продолжительностью по 45 минут, перерыв – 10 минут.

Цели и задачи программы

Цель программы: формирование гармоничной разносторонне развитой и социально успешной личности посредством приобщения к цирковому искусству.

Задачи:

– способствовать формированию и развитию нравственной, самостоятельной, творческой и физически здоровой личности обучающихся, свободно адаптирующихся в современном обществе и преумножающих культурное наследие страны;

– формировать основы эстетического и художественно-творческого опыта;

– формировать умение взаимодействовать с другими членами коллектива,

желание участвовать в делах коллектива;

- способствовать развитию толерантности;
- воспитывать активность, свободу взглядов и суждений, чувство ответственности, увлечённости.

- развивать интерес и способности к художественно-творческой деятельности;

- развивать физические данные;

- развивать творческую инициативу и способность к самовыражению.

- познакомить с цирком как видом искусства;

- познакомить с основными жанрами циркового искусства;

- обучить цирковой этике;

- обучить технике безопасности на тренировках и выступлениях.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

По итогам обучения по программе у обучающихся будут **сформированы:**

- основы эстетического и художественно-творческого опыта;

- умение взаимодействовать с другими членами коллектива, желание участвовать в делах коллектива;

- умение радоваться успехам других, желание прийти на помощь в трудную минуту; уважение сложившихся традиций коллектива;

- умение быстро реагировать в экстремальной ситуации.

У обучающихся будут **развиты:**

- чувство ответственности, взаимовыручки;

- толерантность;

- уверенность в себе, активность, свобода взглядов и суждений;

У обучающихся будут **развиты:**

- интерес и способности к художественно-творческой деятельности;

- физические данные;

- творческая инициатива и способность к самовыражению.

Обучающиеся будут **знать:**

- основные этапы развития цирка как вида искусства;

- основные жанры циркового искусства;

- правила техники безопасности на тренировках и выступлениях;

- основы цирковой этики.

Способы проверки ожидаемых результатов могут варьироваться, исходя из уровня развития обучающихся и их способностей

Содержание программы
Учебный план первого года обучения

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие Техника безопасности на занятиях в студии. При чрезвычайных ситуациях. При работе с предметами. Основы страховки и само страховки.	10	4	6	Беседа
	Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)	46	1	45	Зачет (демонстрация упражнений)
1.	Динамические упражнения	10,5	0,5	10	
2.	Общеразвивающие упражнения	20,5	0,5	20	
3.	Подвижные игры	15	-	15	
	Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)	61	3	58	
1.	Упражнения с предметами.	8	-	8	
2.	Основы акробатики	26	1	25	
3.	Основы гимнастики	16	1	15	
4.	Основы жонглирования	11	1	10	
	Раздел 3. Основы хореографии	10	2	8	Викторина
1.	Упражнения в партере и опоры	4	1	3	
2.	Постановка рук, ног, корпуса	2,5	0,5	2	
3.	Музыкальные ритмические упражнения	3,5	0,5	3	
	Раздел 4. История циркового искусства	7	7		
1.	История возникновения цирка. История развития жанров циркового искусства	3,5	3,5	-	
2.	Терминология и основные цирковые элементы. Реквизит	3,5	3,5	-	

	Раздел 5. Основы актёрского мастерства	10	3	7	Тренинг
1.	Основы работы над образом	6,5	1,5	5	
2.	Работа над музыкальным материалом	3,5	1,5	2	
	ИТОГО	144	20	124	

Содержание учебного плана первого года обучения

Вводное занятие. Техника безопасности

Теория. Правила техники безопасности.

Практика. Техника безопасности:

1. На занятиях в студии.
2. При чрезвычайных ситуациях.
3. При работе с предметами.
4. Основы страховки и самостраховки.

Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по общей физической подготовке.

Практика. 1. Динамические упражнения: Строевые упражнения, бег, прыжки, ходьба.

2. Общеразвивающие упражнения:

- для рук плечевого пояса;
- для ног и тазовой области;
- для мышц брюшного пресса;
- для мышц спины;
- для шейного отдела;
- для боковых мышц;
- для развития амплитуды и гибкости;
- для формирования осанки;
- для развития координации движений;
- группировка.

3. Подвижные игры, эстафеты.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по специальной физической подготовке.

Практика. 1. Упражнения с предметами – обручем (хула-хупом), скакалкой, гимнастической палкой.

2. Основы акробатики.

3. Основы гимнастики.

4. Основы жонглирования (платками, мячами).

Раздел 3. Основы хореографии

Теория. Понятие хореографии.

Практика. 1. Упражнения в партере и у опоры.

2. Постановка рук, ног, корпуса.

3. Музыкальные ритмические упражнения.

Раздел 4. История циркового искусства

Теория. 1. История возникновения цирка. История развития жанров циркового искусства: акробатика, гимнастика.

2. Терминология и основные цирковые элементы. Реквизит.

Раздел 5. Основы актёрского мастерства

Теория. Актёрское мастерство в цирковом искусстве.

Практика. 1. Основы работы над образом.

2. Работа над музыкальным материалом: темп, ритм, характер музыкального произведения.

Планируемые результаты по итогам первого года обучения

К концу первого года обучения обучающиеся **будут знать:**

- историю возникновения цирка;
- основные жанры цирка;
- терминологию и основные цирковые элементы;
- темп, характер музыкального произведения;
- технику безопасности на занятиях (основы страховки и само страховки);
- основные правила этикета.

Обучающиеся **будут уметь** выполнять следующие элементы:

- кульбит вперед в группировке;
- кульбит назад в группировке;
- боковой кульбит;
- кульбит вперед вдвоем;
- стойка на лопатках;
- стойка на голове и руках;
- стойка на руках у стены, с поддержкой;
- мост (из положения лёжа/стоя), подъем с моста;
- переворот боком – «колесо»;
- складка вперед (ноги вместе, ноги врозь);
- полушпагат (на правую и левую ноги), шпагат (продольные и поперечный).

Овладевший этими элементами акробатики успешно сдает контрольно-переводные нормативы по ОФП, зачет по СФП и переводится на второй год обучения. Обучающиеся также должны участвовать в мероприятиях центра.

Учебный план второго года обучения

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие Техника безопасности При занятиях акробатикой и гимнастикой. На улице, в общественных местах. При работе с предметами. Основы страховки и самостраховки.	10	4	6	Беседа
	Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)	50	1	49	Зачет (демонстрация упражнений)
1.	Общеразвивающие упражнения и стретчинг	25,5	0,5	25	
2.	Динамические упражнения.	14	-	14	
3.	Спортивные и подвижные игры, эстафеты	10,5	0,5	10	
	Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)	85	3	82	Зачет (демонстрация упражнений)
1.	Упражнения с предметами	10	-	10	
2.	Акробатика.	31	1	30	
3.	Гимнастика.	15,5	0,5	15	
4.	Жонглирование	12,5	0,5	12	
5.	Эквилибристика	16	1	15	
	Раздел 3. Основы хореографии	15	1	14	
1.	Упражнения в партере и у опоры	7	-	7	
2.	Постановка рук, ног, корпуса	1	-	1	
3.	Основные позиции	2	1	1	
4.	Музыкальные ритмические упражнения	5	-	5	
	Раздел 4. История и теория циркового искусства	10	10		Викторина

1.	История развития жанров циркового искусства	5	5	-	
2.	Терминология. Реквизит	5	5	-	
	Раздел 5. Основы актёрского мастерства	10	3	7	Беседа
1.	Основы работы над образом	7	2	5	
2.	Работа над музыкальным материалом	3	1	2	
	Раздел 6. Репетиционная работа	36	1	35	Зачет (демонстрация упражнений)
1.	Изучение и отработка трюков и трюковых связок	12	-	12	
2.	Разводка номера	5,5	0,5	5	
3.	Работа над музыкой и образом	3,5	0,5	3	
4.	Отработка номера	15	-	15	
	ИТОГО	216	23	193	

Содержание учебного плана второго года обучения

Вводное занятие. Техника безопасности

Теория. Правила техники безопасности.

Практика. Техника безопасности:

1. При занятиях акробатикой и гимнастикой.
2. На улице, в общественных местах.
3. При работе с предметами.
4. Основы страховки и самостраховки.

Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по общей физической подготовке.

Практика. 1. Общеразвивающие упражнения и стретчинг.

2. Динамические упражнения: строевые упражнения, бег, прыжки, ходьба.
3. Спортивные и подвижные игры, эстафеты.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по специальной физической подготовке.

Практика. 1. Упражнения с предметами – обручами (хула-хупами), скакалкой, гимнастической палкой, мячом, лентой.

2. Акробатика.
3. Гимнастика.
4. Жонглирование (платками, мячами, кольцами)
5. Эквилибристика (баланс на руке, в стойке на руках, на катушке).

Раздел 3. Основы хореографии

Теория. Виды хореографических упражнений.

- Практика.** 1. Упражнения в партере и у опоры
2. Постановка рук, ног, корпуса.
3. Основные позиции.
4. Музыкальные ритмические упражнения

Раздел 4. История и теория циркового искусства

Теория. 1. История развития жанров циркового искусства: клоунада, игра с хула-хупами, эквилибристика.

2. Терминология. Реквизит.

Раздел 5. Основы актёрского мастерства

Теория. Основы работы над образом.

Практика. Работа над музыкальным материалом: сильные и слабые доли, музыкальное предложение.

Раздел 6. Репетиционная работа

Теория. Цирковой номер как произведение

- Практика.** 1. Изучение и отработка трюков и трюковых связок
2. Разводка номера.
3. Работа над музыкой и образом
4. Отработка номера.

Планируемые результаты по итогам второго года обучения

К концу второго года обучения обучающиеся будут **знать**:

- историю развития жанров циркового искусства: акробатика, гимнастика, клоунада, игра с хула-хупами, жонглирование, эквилибристика;
- правила исполнения партерной и воздушной акробатики и гимнастики;
- технику безопасности на занятиях.

Обучающиеся **будут уметь** выполнять акробатические элементы первого года обучения и дополнительно:

- стойка-кульбит вперёд;
- кульбит назад согнувшись с выходом в стойку на руках;
- полет-кульбит вперед;
- стойка на руках (выход в стойку махом, через группировку, «спичаг»; стойка прямая, ноги врозь, прогнувшись);
- колесо на одну руку (на правую и левую руки);
- медленный переворот вперед;
- медленный переворот назад;
- рондат;
- ляг-скач (подъём из положения лёжа в положение стоя, путём резкого разгибания туловища и прогиба на мост);

- темповое колесо, рондат, переворот вперед (с разбега) и комбинации из этих элементов.

Жонглирование:

- тремя предметами (платками, мячами, кольцами);
- палкой;
- вращение хула-хуповквилибристика:
- баланс на катушке;
- равновесие в стойке на руках;
- баланс предметов на руке.

На втором-третьем годах обучения обучающиеся ориентируются в выборе циркового жанра, специфике циркового искусства, для подготовки концертных номеров, их совершенствования, подготовки реквизита к ним. Так же обучающиеся должны выступать в концертных программах, в том числе и на городских и областных конкурсах, фестивалях.

Учебный план третьего года обучения

	Название раздела, темы	Все го	Тео рия	Прак тика	Формы аттестации /контроля
	Вводное занятие Техника безопасности При проведении культурно-массовых мероприятий. При работе с предметами. Страховка и самостраховка.	10	4	6	Беседа
	Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)	33	1	32	Зачет (демонстрация упражнений)
	Общеразвивающие упражнения и стретчинг	17,5	0,5	17	
	Динамические упражнения	10,5	0,5	10	
	Спортивные и подвижные игры, эстафеты	5	-	5	
	Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)	70	3	67	
1.	Упражнения с предметами	7	-	7	
2.	Акробатика (партерная)	26	1	25	
3.	Гимнастика (партерная)	11	1	10	
4.	Эквилибристика (партерная)	16	1	15	
5.	Жонглирование	10	-	10	
	Раздел 3. Хореография в цирковом искусстве	15	2	13	

1.	Связки на основе хореографии и акробатики.	9	1	8	
2.	Перемещения в композиции	6	1	5	
	Раздел 4. История и теория циркового искусств	8	8	-	Опрос
1.	История развития жанров циркового искусства	4	4	-	
2.	Терминология. Реквизит	4	4	-	
	Раздел 5. Основы актёрского мастерства	10	3	7	Викторина
1.	Костюм и основы грима	6	2	4	
2.	Работа над музыкальным материалом	4	1	3	
	Раздел 6. Репетиционная работа	70	2	68	Зачет
1.	Изучение и отработка трюков и трюковых связок	25	-	25	(демонстрация
2.	Разводка номера	9	1	8	упражнений
3.	Работа над музыкой и образом	6	1	5)
4.	Отработка номера	30	-	30	
	ИТОГО	216	23	193	

Содержание учебного плана третьего года обучения

Вводное занятие. Техника безопасности

Теория. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика. Техника безопасности:

1. При проведении культурно-массовых мероприятий.
2. При работе с предметами.
3. Страховка и самостраховка.

Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по общей физической подготовке.

Практика. 1. Общеразвивающие упражнения:

- для развития силы и выносливости;
 - стретчинг.
2. Динамические упражнения: Строевые упражнения, бег, прыжки, ходьба.
 3. Спортивные и подвижные игры, эстафеты.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по специальной физической подготовке.

Практика. 1. Упражнения с предметами: скакалками, хула-хупами и др. реквизитом.

2. Акробатика (партерная)- прыжковая, силовая, пластическая
3. Гимнастика (партерная)
4. Эквилибристика (партерная) - ручной эквилибр, баланс предметов, эквилибр на катушках
5. Жонглирование-платками, мячами, кольцами, геометрическими фигурами

Раздел 3. Хореография в цирковом искусстве

Теория. Хореография в цирковом искусстве

Практика. 1.Связки на основе хореографии и акробатики.

2.Перемещения в композиции.

Раздел 4. История и теория циркового искусств

Теория. 1.История развития жанров циркового искусства: жонглирование, пантомима. Партерная и воздушная акробатика.

Партерная и воздушная гимнастика.

2.Терминология. Реквизит.

Раздел 5. Основы актёрского мастерства

Теория. 1.Костюм и основы грима.

Практика. 2.Работа над музыкальным материалом: соответствие образа произведению.

Раздел 6. Репетиционная работа

Теория. Цирковые трюки.

Практика. 1.Изучение и отработка трюков и трюковых связок

2.Разводка номера.

3.Работа над музыкой и образом

4.Отработка номера.

Планируемые результаты по итогам третьего года обучения

По итогам третьего года обучения обучающиеся будут **знать**:

- историю развития жанров циркового искусства
- правила исполнения партерной и воздушной акробатики и гимнастики;
- технику безопасности на занятиях.

Обучающиеся будут **уметь** выполнять акробатические элементы 1 и 2 годов обучения и дополнительно:

- фляк, сальто, маховое сальто (в зависимости от способностей обучающегося);

- кофшпрунг (переворот с опорой на голову);

- темповые элементы акробатики и комбинации из этих элементов,

- элементы парной и групповой акробатики (работа с партнером).

Жонглирование:

- тремя предметами (платками, мячами, кольцами);

- палкой;

- вращение хула-хупов, геометрических фигур.

Эквилибристика:

- баланс на катушке;
- равновесие в стойке на руках;
- баланс предметов на руке, лбу.

должны знать:

- историю развития жанров циркового искусства
- правила исполнения партерной и воздушной акробатики и гимнастики;
- технику безопасности на занятиях.

На третьем году обучения обучающиеся ориентируются в выборе циркового жанра, специфике циркового искусства, дальше для подготовки концертных номеров, их совершенствования, подготовки реквизита к ним. Так же обучающиеся должны выступать в концертных программах, в том числе и на городских и областных конкурсах, фестивалях.

Учебный план четвертого года обучения

	Название раздела, темы	Все го	Тео рия	Прак тика	Формы аттестации /контроля
	Вводное занятие Техника безопасности На занятиях гимнастикой и акробатикой. При работе с предметами. Страховка и само страховка.	10	4	6	Беседа
	Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)	24	1	23	Зачет (демонстрация упражнений)
1.	Общеразвивающие упражнения и стретчинг	15,5	0,5	15	
2.	Динамические упражнения	8,5	0,5	8	
	Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)	50	2	48	
1.	Специальная двигательная подготовка	8,5	0,5	8	
2.	Упражнения с предметами	7	-	7	
3.	Упражнения на гимнастической скамейке	5	-	5	
4.	Гимнастика (партерная и воздушная)	11	1	10	
5.	Эквилибристика (партерная)	10,5	0,5	10	
6.	Жонглирование	8	-	8	
	Раздел 3. Хореография в	15	2	13	

	цирковом искусстве				
1.	Синхронность исполнения движений	6	-	6	
2.	Танцевальный рисунок	4	1	3	
3.	Техника перемещений	5	1	4	
	Раздел 4. История и теория циркового искусства	7	7	-	Викторина
1.	Выдающиеся артисты русского цирка	3	3	-	
2.	Терминологический аппарат. Реквизит	4	4	-	
	Раздел 5. Основы актёрского мастерства	10	2	8	Тест
1.	Работа над концертными номерами по жанрам	3	-	3	
2.	Артистизм	1,5	0,5	1	
3.	Способы наложения грима	3	1	2	
4.	Работа над сценическими костюмами	2,5	0,5	2	
	Раздел 6. Репетиционная работа	100	2	98	Зачет
1.	Изучение и отработка трюков и трюковых связок	25	-	25	(демонстрация упражнений)
2.	Разводка номера	16	1	15	
3.	Работа над музыкой и образом	14	1	13	
4.	Отработка номера	45	-	45	
	ИТОГО	216	20	196	

Содержание учебного плана четвертого года обучения

Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика. Техника безопасности:

1. На занятиях гимнастикой и акробатикой.
2. При работе с предметами.
3. Страховка и самостраховка.

Раздел 1. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по общей физической подготовке.

Практика. 1. Общеразвивающие упражнения:

- для развития силы и выносливости;

- стретчинг.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка (СФП)

Теория. Виды и особенности упражнений по специальной физической подготовке.

Практика. 1. Специальная двигательная подготовка

2. Упражнения с предметами:

- скакалками, мячами, лентами, палками, геометрическими фигурами, хула-хупами и др. реквизитом.

3. Упражнения на гимнастической скамейке

4. Акробатика (партерная) – прыжковая, силовая, пластическая, парная.

5. Гимнастика (Партерная и воздушная)

6. Эквилибристика (партерная) - ручной эквилибр, на катушках, баланс предметов, на вольностоящей лестнице.

7. Жонглирование.

Раздел 3. Хореография в цирковом искусстве

Теория. Хореография в цирковом искусстве.

Практика. 1. Синхронность исполнения движений.

2. Танцевальный рисунок.

3. Техника перемещений.

Раздел 4. История и теория циркового искусства

Теория. 1. Выдающиеся артисты русского цирка.

2. Терминологический аппарат. Реквизит.

Раздел 5. Основы актёрского мастерства

Теория. 1. Работа над концертными номерами по жанрам

Практика. 2. Артистизм.

3. Способы наложения грима.

4. Работа над сценическими костюмами.

Раздел 6. Репетиционная работа

Теория. Образ в цирковом искусстве

Практика. 1. Изучение и отработка трюков и трюковых связок

2. Разводка номера.

3. Работа над музыкой и образом

4. Отработка номера.

Планируемые результаты по итогам четвертого года обучения

По итогам четвертого года обучения обучающиеся будут **знать:**

– основы сценической культуры в результате активной концертной деятельности;

– историю развития циркового искусства;

– правила техники безопасности на тренировках, конкурсах и выступлениях.

Обучающиеся будут уметь:

- владеть своим телом и правильно выполнять основные акробатические элементы;
- использовать трюковые комбинации для построения творческих акробатических этюдов;
- соблюдать технику безопасности на тренировках и выступлениях;
- будут знать

По итогам четвертого года обучения обучающиеся будут уметь выполнять акробатические элементы всех лет обучения по программе.

Результатом обучения является создание концертного номера в любом жанре циркового искусства.

Примерный репертуар концертной деятельности коллектива (Приложение 2).

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации данной программы необходимо следующее материально-техническое оснащение:

1. оборудованный зал -1;
2. специальный реквизит для занятий гимнастикой и акробатикой:
 - акробатическая дорожка, трапики, коврики-пазлы;
 - батут;
3. специальное оборудование:
 - музыкальный центр для озвучивания - 1;
 - костюмы;
 - оборудование и реквизит для занятий и выступлений (булавы, мячи, катушки, доски, стоялки, скакалки, гимнастические палки, вольностоящая лестница, кольца, обручи, пьедестал и т.д.).

Кадровое обеспечение программы

Программу реализует педагог дополнительного образования Орлова Екатерина Евгеньевна, общий стаж работы с обучающимися – 22 года, педагогический стаж – 6 лет.

Лауреат 1 степени в номинации «Лучший Руководитель» Международного фестиваля циркового искусства «Цветы Планеты» (г. Санкт-Петербург, 2004), Международного фестиваля циркового искусства «Яскрава Арена» (г. Днепропетровск, 2013), Международного Фестиваля-конкурса искусств «Крылья Дружбы» (г. Тула, 2014), Лауреат-обладатель Гран-При Международного конкурса искусств «Мосты Содружеств» (г. Тула, 2019).

Педагог Орлова Е. Е. награждена:

Премией и благодарственным письмом начальника территориального управления Администрации города Тулы по Привокзальному и Советскому районам; Почётной грамотой от Управления Культуры администрации г. Тулы «Лауреату IV смотра художественного творчества трудовых коллективов»; Почетной Грамотой Тульской Федерации профсоюзов; Благодарностью от Правительства Москвы и префекта центрального административного округа за активное участие в праздничных мероприятиях посвящённых 860-летию города Москвы; Благодарственным письмом от Департамента Образования Тульской Области; Благодарственной грамотой от председателя исполнительного комитета Общественной палаты Тульской Области А. И. Гриненвальда; Благодарственной грамотой Тульской Областной Филармонии; Благодарственным письмом от областной организации Российского профсоюза работников культуры; и другими наградами.

Формы аттестации и контроля

Эффективность контроля знаний, умений и навыков, полученных обучающимися при прохождении программы зависит от умелого выполнения следующих требований:

- ❖ контроль должен быть систематическим (по итогам прохождения каждой темы), мотивированным и стимулирующим;
- ❖ формы контроля должны быть тоже выбраны в интересной для обучающихся форме.

Формы аттестации и контроля:

- опрос;
- выполнение практических заданий;
- тренинг;
- сдача приемных и контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП;
- творческие задания;
- открытые, итоговые занятия;
- участие в конкурсах, фестивалях, концертах.

Диагностика личностных, метапредметных и образовательных (предметных) результатов проводится: стартовая (сентябрь), промежуточная (декабрь, май), итоговая по окончании 4-го года обучения (май).

Отслеживание результатов обучения по программе происходит на основании педагогического наблюдения, фиксирования результатов образовательной деятельности на каждом занятии, по завершении темы обучения, на итоговых занятиях (январь, май), на открытых занятиях, а также в ходе репетиционной деятельности, подготовки цирковых номеров. Важным

показателем работы детского объединения является участие в конкурсах, фестивалях и мероприятиях различного уровня.

Диагностика уровня освоения программы (Приложение 4, 5).

Оценочные материалы

Система оценочных материалов позволяет контролировать результат обучения, воспитания, развития обучающихся. Уровень сформированности компетенций у обучающихся определяется с помощью оценочных материалов первичной, промежуточной, итоговой диагностики, разработанных с учетом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся на основании содержания программы и в соответствии с планируемыми результатами.

Пакет оценочных материалов содержит:

- диагностические карты выявления уровня освоения программы (Приложение 4. «Диагностическая таблица «Оценка результативности обучения по дополнительной общеразвивающей программе», Приложение 5. Диагностика уровня освоения программы);

- анкеты (Приложение 6. Анкета «Твои интересы» для первого года обучения);

- викторины (Приложение 7. Викторина «Цирк» (для второго года обучения);

- задания для проведения тестирования приобретенных гимнастических и акробатических умений обучающихся (Приложение 8. Тестирование на гибкость (стретчинг) для обучающихся третьего года обучения);

- тестирование (Приложение 9. Тест «Цирковое искусство» для обучающихся четвертого года обучения).

Методическое обеспечение программы

Содержание программы основывается на **системе принципов обучения и воспитания:**

- принцип индивидуальности, личностного подхода (содержание программы позволяет педагогу проводить обучение с учётом возрастных особенностей и физических способностей ребят, постоянно диагностируя и отслеживая полученные результаты обучающихся);

- принцип поддержки инициативности и активности: инициирование, активизация, поддержка и поощрение любых начинаний обучающихся

- принцип диалогизации образовательного процесса, предусматривающий включение обучающихся в различные формы диалогового взаимодействия с целью обретения опыта диалога с окружающим миром и самим собой, развития коммуникативных способностей, также развития речи в сочетании с общим развитием личности;

– принцип деятельностного подхода: через систему мероприятий обучающиеся включаются в различные виды деятельности, что обеспечивает создание ситуации успеха для каждого;

– принцип психологической комфортности: создается образовательная среда, обеспечивающая снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса;

– принцип природосообразной мотивации;

– принцип творчества и успеха: творчество рассматривается как универсальный механизм развития личности, обеспечивающий не только её вхождение в мир культуры, формирование социально значимой модели существования в современном мире, но и реализацию внутренней потребности личности к самовыражению.

Соблюдение этих принципов позволяет определить перспективы развития как каждого обучающегося, так и циркового коллектива в целом.

Программа базируется на соответствии технологий, методов и средств возрастным и психолого-физиологическим особенностям развития и обучения. Педагог в своей деятельности опирается на следующие **технологии**:

- здоровьесберегающие технологии: помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью и соблюдающую принципы здорового образа жизни;

- технологии дифференцированного обучения: помогают в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры;

- информационно-коммуникативные технологии позволяют обучающимся получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Также эта технология полезна при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;

В работе используются следующие **методические подходы**:

- использование приемов запоминания: выделение характерных особенностей, сравнение;

- обучение умению объединять и группировать материал;

- создание условий для проявления самостоятельности;

- создание условий для оценивания своей деятельности, достигнутых результатов;

- развитие у подростков рефлексивных способностей понимания другого, самооценка и оценка другого обучающегося;

- включение обучающихся в ситуации преодоления трудностей для достижения целей;

- создание ситуаций для проявления творчества;
- помощь обучающимся в определении своих реальных возможностей.

Используемые **методы обучения**:

- словесные (устное изложение, беседа, объяснение, анализ работы);
- наглядные (показ видеоматериалов, показ приемов исполнения, наблюдение);
- практические (выполнение упражнения, тренировочные упражнения).

Структура учебного занятия

Учебные занятия имеют свою структуру и включают в себя 3 части:

1. подготовительная;
2. основная;
3. заключительная.

Последовательность этих частей отражает закономерности изменения работоспособности организма под влиянием физических нагрузок.

1 часть занятия – подготовительная – занимает $\frac{1}{4}$ часть занятия, подготавливает двигательный аппарат, первичную систему, эмоциональное состояние обучающихся к основной части занятий.

Подготовительная часть состоит из приветствия друг друга, объяснения темы занятия, специфической разминки организма.

2 часть – основная - совершенствование ранее изученных навыков, применение их в творческой ситуации, работа с обучающимися над пластикой тела. Это часть занимает $\frac{2}{4}$ от всего занятия.

Цель основной части: решение наиболее значимых оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, предусмотренных учебной программой и планом данного занятия.

Основная часть включает в себя основные упражнения и технические действия, запланированные на занятие.

3 часть – заключительная – закрепляется пройденный материал.

Цель заключительной части - постепенное снижение функциональной активности организма занимающихся и приведение его в относительно спокойное состояние (дыхательные, расслабляющие упражнения), подведение итогов занятия, организованный уход.

Этапы постановки цирковых номеров:

- **подготовительный**: разработка циркового номера, знакомство обучающихся с цирковым музыкальным материалом, разучивание основных акробатических, пластических и др. движений;

- **разводка циркового номера** – небольшими фрагментами, тщательно проучивая с обучающимися предложенный материал;

- **репетиционный период**.

Необходимо тщательно изучить природные задатки каждого обучающегося,

склонности обучающихся к различным видам искусства. Для каждого из них подбирается специальный комплекс упражнений, который позволяет быстрее овладевать элементами цирковых жанров. Особое внимание уделяется систематичности и регулярности занятий физическими упражнениями.

Особенности организации образовательного процесса

1. Органическое соединение акробатических этюдов и других жанров циркового искусства, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают обучающегося, делают его поведение естественным и красивым.

2. Занятия в цирковой студии могут иметь различную организационную форму и могут быть групповыми, в малых группах, индивидуальными, а также проводиться отдельно с мальчиками и девочками.

3. Постепенно от занятия к занятию обучающихся следует вводить в мир цирка не только через исполнительство, но и развитие мыслительной деятельности, воспитания их памяти и внимания.

4. Основными методами в работе с обучающимися является показ и объяснение, базирующиеся на взаимосвязи музыки и гибкости тела.

5. Основная установка в работе – стремиться к высоким исполнительским достижениям. Использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях для раскрытия и развития индивидуальности каждого обучающегося в атмосфере доброжелательности, любви и уважения.

Воспитательная деятельность в рамках реализации программы

Одной из основных трудовых функций педагога дополнительного образования является организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации программы.

Основное направление деятельности – создание при подготовке и проведении досуговых мероприятий условий для обучения, воспитания и развития обучающихся, формирования благоприятного психологического климата в группе.

Воспитательная работа проводится в рамках реализации Программы воспитания МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ» на 2022-2026 годы, с учетом Плана воспитательных мероприятий МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ» для школьников города Тулы и обучающихся Городского центра развития на учебный год, согласно календарному плану воспитательной работы рабочей программы воспитания объединения «Цирковая студия «Ералаш» на учебный год.

Воспитательный процесс в рамках реализации программы обеспечивается на каждом занятии в течение всего учебного года в ненавязчивой и

доброжелательной форме: в виде бесед на темы общечеловеческих ценностей, этики межличностных отношений, гражданской идентичности, формирования гражданских качеств социально ответственной личности, профилактики асоциальных явлений в обществе, отношений старшего и младшего поколений, политической обстановки в мире и роли России в мировом сообществе.

Учебно-воспитательные мероприятия проводятся согласно календарному плану воспитательной работы рабочей программы воспитания объединения, составляемому ежегодно. Участие в районных, городских и всероссийских выставках, конкурсах, встречи и общение с яркими людьми, возможность показать свою работу обеспечивает развитие личности с активной жизненной позицией.

Особенности организации воспитательной работы

Занятия строятся таким образом, чтобы предоставить возможность обучающимся продемонстрировать свои достижения, правильность исполнения отдельных элементов и композиций, а также помочь педагогу в работе с менее успешными обучающимися, вселяя в них уверенность в собственные силы.

В то же время индивидуальный подход к каждому обучающемуся не препятствует созданию единого, целостного коллектива, со своими традициями, которые формируются с течением времени.

Для повышения эффективности процесса образования обучающихся необходима поддержка и помощь родителей. При этом традиционных родительских собраний, открытых занятий и бесед бывает недостаточно для того, чтобы родители не только осознали важность того, чем занимается их ребенок, что он испытывает в процессе обучения и как трудно бывает тренироваться, но и поддержали ребёнка во время домашних занятий.

На базе коллектива для заинтересованных родителей проводятся мастер-классы по жонглированию, технике безопасной страховки при выполнении акробатических упражнений, и других. Родители становятся более подготовленными физически, а также овладевают профессиональными терминами. Это позволяет им оказать своему ребенку конкретную помощь, растет их заинтересованность в результатах обучения, они могут достаточно квалифицированно страховать обучающегося при отработке некоторых элементов дома.

Особенности организации образовательного процесса (по разделам программы) представлены в Приложение 8.

Методические материалы

1. Учебно-методический компонент для педагога и обучающихся:

- раздаточный и наглядный материал;
- дидактический материал:
 - тесты;
 - сборники заданий и упражнений;
 - учебные видеофильмы;
 - мультимедийные материалы;
 - компьютерные программные средства;
 - видео-каталог, аудио-каталог;
 - конспекты занятий;
 - план-конспект занятий (открытого, контрольного, итогового и т.д.);
 - информационный и справочный материалы;
 - научная, специальная и методическая литература;
 - памятки, инструкции, советы;
- методические материалы (рекомендации, разработки, диагностические методики);
- учебные пособия.

2. Воспитательный компонент:

- информационные материалы о детском объединении (буклеты, статьи и т.п.);
- фото- и видеоматериалы детского объединения;
- страничка детского объединения в сети Интернет;
- материалы по работе с родителями (планы проведения родительских собраний, анкеты).

3. Компонент результативности:

- таблицы оценки результативности образовательной деятельности;
- анкеты для обучающихся и родителей;
- тесты и анализ результатов тестирования;
- дипломы обучающихся;
- программы выступлений и приглашения;
- отзывы и публикации и т. п.

Список используемой литературы

Для педагога:

1. Бардиан Ф. Цирк на пяти континентах. - М.: Искусство, 1987
2. Березнёва Д.С. Энциклопедия фокусов.- Минск: Парадокс, 1999
3. Богословский Н.С. Забавно, грустно и смешно. - М.: Эксмо, 2002
4. Гурович А.Б. На арене и вокруг нее. - М.: Искусство, 1990

5. Иванов И.П. Педагогика коллективной творческой деятельности.- Псков, 1998
6. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в УДО. Акробатика. - М.: Владос, 2003
7. Маркова Е. Современная зарубежная литература. - М.: Искусство, 1987
8. Никулин Ю.В. Почти серьезно.- М.: Терра, 1994
9. Никулин Ю.В. Мир цирка. - М.: Кладезь, 1995
10. Орлов В.А. Искусство смелых, сильных, ловких. – Минск, Народный свет, 1988
11. Психолого-педагогическая грамотность современного учителя.- СПб, 1997
12. Ростовцев Н.Н. искусство. - М.: Просвещение, 1988
13. Токарев С.А. Над чем смеётся клоун. - М.: Искусство, 1997
14. Трухачев Т.В. Педагогика общей заботы. СПб, 1996
15. Успенский В. Очарованные цирком. - СПб.: Скандинавил, 1999
16. Шнер А.Я. Цирк. - М.: Сов. Энциклопедия, 1979

Для обучающихся и родителей:

1. Барди Ф. Под цирковым шатром.- Саратов, 1973
2. Большой справочник школьника. – М.: Дрофа, 2002
3. Быртен А. «Под брезентовым небом». - М.: Советский писатель, 1989
4. Кох З. Вся жизнь в цирке. - М.: Искусство, 1983
5. Маркова Е. Современная зарубежная литература. - М.: Искусство, 1985
6. Никулин Ю.В. Мир цирка.- М.: Кладезь, 1995
7. Никулин Ю.В. Цирковые клоунады, репризы.- М.: Советская Россия, 1970
8. Румянцев Н. Карандаш.- М.: Искусство, 1987
9. Румянцев Н. Над чем смеется клоун.- М.: Искусство, 1987
10. Славский Р. Встречи с цирковым прошлым. - М.: Искусство, 1989
11. Успенский В. Очарованные цирком. – СПб.: Скандинавил, 1995
12. Шпеер А.Я. Цирк. - М.: Сов. Энциклопедия, 1979

Электронные ресурсы

1. Портал «Дополнительное образование» <http://dopedu.ru/>
2. Педагогические технологии дополнительного образования детей <http://tehnology-ydod.narod.ru/>
3. Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/>

Возрастные и психофизиологические особенности обучающихся

Обучающиеся 6 - 11 лет.

В возрасте 6 лет и младшем школьном возрасте совершенствуется нервная система, интенсивно развиваются функции больших полушарий головного мозга, усиливаются аналитическая и синтетическая функции коры. Вес мозга в младшем школьном возрасте почти достигает веса мозга взрослого человека и увеличивается в среднем до 1400 г. Быстро развивается психика ребенка. Изменяется взаимоотношение процессов возбуждения и торможения: последний становится более сильным, но по-прежнему преобладает процесс возбуждения - и младшие школьники в высокой степени возбудимы. Повышается точность работы органов чувств.

Познавательная деятельность младшего школьника преимущественно проходит в процессе обучения. Немаловажное значение имеет и расширение сферы общения. Быстротекущее развитие, множество новых качеств, которые необходимо сформировать или развивать у школьников, диктуют педагогам строгую направленность всей учебно-воспитательной деятельности.

Восприятие младших школьников отличается неустойчивостью и неорганизованностью, но в то же время остротой и свежестью, "созерцательной любознательностью".

Младший школьный возраст связан с обучением детей в начальных классах. К этому времени их физическое развитие характеризуется важными особенностями: в основном заканчивается окостенение черепа, закрываются роднички, оформляются черепные швы и продолжается упрочение скелета в целом. Однако развитие и окостенение конечностей, позвоночника и тазовых костей находятся в стадии большой интенсивности.

Существенной физической особенностью младших школьников является усиленный рост мускулатуры, увеличение массы мышц и значительный прирост мышечной силы.

Обучающиеся 12–14 лет.

Подростковый возраст связан с половым созреванием, определяемым эндокринными изменениями в организме. Под действием половых гормонов происходит усиление уровня обмена веществ, что интенсифицирует рост, развитие, быстрыми темпами увеличивается длина костей, растет мышечная масса, появляются вторичные половые признаки.

В этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в

год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим). Развитие нервной и сердечнососудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.

Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими. Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается. Подросток начинает осознавать себя не ребенком, а в большей степени взрослым, как бы примеряет на себе взрослые роли, которые ему не дают сыграть.

Примерный репертуар концертной деятельности коллектива

1. «Шари-вари «Волшебная страна»(2-3год обучения)
2. «Весёлые скакалки»(3 год обучения)
3. Пластический этюд «Сказочный сон» (3 год обучения)
4. Каучук-эквilibр «Мечта», «К звездам!» (3 год обучения)
5. Акробатический дуэт «Озорные подружки» (3 год обучения)
6. Пластический дуэт «Вдохновение» (3 год обучения)
7. Игра с хула-хупами «Весёлые обручи» (2 год обучения)
8. Игра с хула-хупами «Тульский сувенир» (3 год обучения)
9. Художественно-акробатическая композиция «Журавли» (2-3 г. о.)
10. Акробатический этюд «Валенки» (2 год обучения)
11. Трио «Пробуждение» (3 год обучения)
12. Игра с тарелочками (3 год обучения)
13. Игра с геометрическими фигурами (3 год обучения)
14. Эквilibр на катушке (3 год обучения)
15. «Барбарика» (1 год обучения)
16. «Цыплята» (1-2 год обучения)
17. Дуэт-эквilibр (3 год обучения)
18. Эквilibр на тростях «Осень» (3 год обучения)
19. «Малыши-карандаши» (2 год обучения)
20. «Восточные зарисовки» (2 год обучения)

**Мониторинг результатов обучения ребёнка
по дополнительной общеразвивающей программе**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
1. Теоретическая подготовка обучающегося				
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям	Минимальный уровень – обучающийся овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ объёма знаний, предусмотренных программой	1-3	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
		Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$	4-7	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	8-10	
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленности правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень – обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины	1-3	Собеседование
		Средний уровень – сочетает специальную терминологию бытовой	4-7	
		Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с содержанием	8-10	
2. Практическая подготовка обучающегося				
2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный уровень – обучающийся овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ предусмотренных умений и навыков	1-3	Контрольное задание
		Средний уровень – объём усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$	4-7	
		Максимальный уровень – овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период	8-10	
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	Минимальный уровень умений – обучающийся испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием	1-3	Контрольное задание
		Средний уровень – работает с оборудованием с помощью педагога	4-7	
		Максимальный уровень – работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых затруднений	8-10	
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности – обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	1-3	Контрольное задание

		Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца	4-7	
		Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества	8-10	
3. Общеучебные умения и навыки обучающегося				
3.1. Учебно - интеллектуальные умения:				
3.1.1 Умение подбирать и анализировать источники информации (литература, интернет-ресурсы и др.)	Самостоятельность в выборе и анализе литературы	Минимальный уровень умений – обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1-3	Анализ исследовательской работы
		Средний уровень – работает с источниками информации с помощью педагога или родителей	4-7	
		Максимальный уровень – работает с источниками информации самостоятельно, не испытывает особых трудностей	8-10	
3.1.2. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)		Минимальный уровень умений – обучающийся испытывает серьезные затруднения при проведении исследовательской работы, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1-3	Анализ исследовательской работы
		Средний уровень – занимается исследовательской работой с помощью педагога или родителей	4-7	
		Максимальный уровень – осуществляет исследовательскую работу самостоятельно, не испытывает особых трудностей	8-10	
3.2. Учебно - коммуникативные умения:				
3.2.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.2.3. Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств.	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	

3.3. Учебно-организационные умения и навыки:				
3.3.1. Умение организовать своё рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.3.2. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	

Таблица 2.

Мониторинг личностного развития обучающегося в процессе освоения им дополнительной общеразвивающей программы

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
1. Организационно-волевые качества				
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	Терпения хватает менее, чем на 0,5 занятия	1-3	Наблюдение
		Более, чем на 0,5 занятия	4-7	
		На всё занятие	8-10	
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребёнка побуждаются извне	1-3	Наблюдение
		Иногда – самим ребёнком	4-7	
		Всегда – самим ребёнком	8-10	
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне	1-3	Наблюдение
		Периодически контролирует себя сам	4-7	

		Постоянно контролирует себя сам	8-10	
2. Ориентационные качества				
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Завышенная	1-3	Анкетирование
		Заниженная	4-7	
		Нормально развитая	8-10	
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребёнка в освоении образовательной программы	Продиктован ребёнку извне	1-3	Тестирование
		Периодически поддерживается самим ребёнком	4-7	
		Постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	8-10	
3. Поведенческие качества				
3.1. Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)	Способность занять определённую позицию в конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты	1-3	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	4-7	
		Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	8-10	
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах	1-3	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	4-7	
		Инициативен в общих делах	8-10	

Диагностика уровня освоения программы

ФИО обучающегося _____

Критерии					
Уровень освоения теоретических знаний	Уровень овладения практическим и навыками и умениями	Динамика личностного роста	Уровень воспитанности	Уровень социализации и адаптации	Уровень межличностных отношений

Отслеживание успешности прохождения программы происходит по уровням:

(***) - высокий

(**) - оптимальный

(*) - низкий

Диагностика успешности освоения разделов программы

Название разделов программы	Год обучения	Критерии оценки	Форма аттестации
Общая физическая подготовка	1-2	Правильность выполнения общеразвивающих и строевых упражнений	Смотр-конкурс умений и навыков
	3-4	1. Правильность выполнения общеразвивающих и строевых упражнений 2. Знание и умение выполнять стретчинговые упражнения	Зачет (демонстрация упражнений)

<i>Специальная физическая подготовка</i>	1-2	Правильность выполнения упражнений с предметами; знание основных акробатических и гимнастических элементов	Зачет (демонстрация упражнений)
	3-4	Правильность выполнения упражнений на батуте; основные элементы эквилибристики и жонглирования. Техничность и правильность выполнения основных цирковых элементов	Зачет (демонстрация упражнений)
<i>Хореография в цирковом искусстве</i>	1-2	Правильность выполнения упражнений у опоры и в партере.	Смотр-конкурс умений и навыков
	3-4	Техника перемещения в композиции; связки на основе хореографии и акробатики	Зачет Участие в мероприятиях
<i>История циркового искусства</i>	1-2	Знание основных цирковых терминов; название реквизита	Викторина
	3-4	Знание истории развития жанров циркового искусства	Викторина
<i>Основы актерского мастерства</i>	1-2	Умение различать характер музыкального произведения и делить на сильные и слабые доли	Викторина
	3-4	Знание принципов циркового костюма и способов наложения грима Умение передачи образа через концертный номер	Участие в мероприятиях
<i>Техника безопасности</i>	1-2	Основы страховки и само страховки при выполнении акробатических и гимнастических	Викторина

		<p>элементов</p> <p>Основы страховки и самостраховки при работе с предметами.</p> <p>Техника безопасности при выполнении цирковых номеров</p>	<p>Зачет (демонстрация упражнений)</p>
--	--	---	---

Отслеживание успешности освоения разделов программы происходит по уровням:

(***) - высокий

(**) - оптимальный

(*) - низкий

Оценочные материалы
Анкета «Твои интересы»

(для первого года обучения)

С каким настроением ты посещаешь объединение «Цирковая студия «ЕРАЛАШ»?

2 - с радостью;

1 - моё настроение не зависит от занятия;

0 - с неохотой и раздражением;

1. Всегда ли ты доволен своим результатом работы на занятии?

2 - иногда недоволен, но стараюсь улучшить;

1 – всегда;

0 - часто недоволен, но мне это безразлично;

2. Всегда ли ты готов к занятию?

2 – всегда;

1 - иногда бываю не готов;

0 - часто не готов;

3. Как ты относишься к тому, что твои умения и умения твоего соседа оценили одинаково, хотя твои лучше?

2 - будет немного обидно;

1 - учителю виднее;

0 - мне всё равно;

4. Как родители относятся к твоим успехам?

2 - интересуются, помогают;

1 - хвалят за хорошие работы, ругают - за плохие;

0 - им всё равно;

5. Стремись ли ты участвовать в конкурсах, выставках?

2 – да;

1 – иногда;

0 – нет;

6. Чего ты ждёшь от участия в конкурсах?

2 - чтобы мою работу увидели другие;

1 - получить приз;

0 – ничего;

7. В чём для тебя польза объединения «Цирковая студия «ЕРАЛАШ»?

2 - дают знания, которые пригодятся в жизни;

1 - можно просто потанцевать;

0 - можно отдохнуть, расслабиться;

Подсчёт результатов:

18-26 – высокий показатель

7-17 – средний

Менее 7 – низкий (проявляется обычно в равнодушии к занятиям, нежелании работать на занятии).

Приложение 7

Викторина «Цирк»

(для второго года обучения)

1. Из какого головного убора фокусник обычно достаёт зайца?

Цилиндр

Тюбетейка

Ушанка

Папаха

2. Как называется выход на арену всех участников циркового представления перед его началом?

Антре

Парад-алле

Буффонада

Тутти

3. Какое имя дали Каштанке в цирке?

Тётка

Пчёлка

Кнопка

Душка

4. Что является и канцелярским товаром, и прозвищем знаменитого советского клоуна?

Карандаш

Блокнот

Ластик

Пенал

5. Имя какого традиционного персонажа цирка переводится с латинского как «нерасторопный простофиля, деревенщина»?

Жонглер

Клоун (правильный ответ)

Акробат

6. От какой геометрической фигуры произошло слово «цирк»?

Квадрат

Овал

Круг (правильный ответ)

7. Кто в русском цирке впервые начал дрессировать животных?

Братья Дуровы (правильный ответ)

Маргарита Назарова

Ларита Магомедова

8. Сколько метров составляет диаметр всех цирковых манежей?

13 метров (правильный ответ)

15 метров

11 метров

9. Как называется крыша здания цирка?

Шалаш

Шапито (правильный ответ)

Шатер

Приложение 8

Проведение тестирования на гибкость (стретчинг)

(для обучающихся третьего года обучения)

«Березка». Лечь на спину, руки вдоль тела ладонями вниз. С вдохом медленно поднять ноги до прямого угла. Затем с выдохом, опираясь на локти, подхватить таз руками и вывести его наверх. Во время фиксации позы тело должно быть по возможности прямым, дыхание произвольное. При выдохе из позы очень осторожно занести ногу за голову, снимая тем самым всю тяжесть тела с локтей. Опустить руки. Медленно опустить туловище, а затем ноги, не поднимая головы, пока пятки не коснутся пола.

«Плут». Из «Березки» опустить прямые ноги за голову до упора пальцами ног в пол, прочно упираясь руками вдоль туловища. (Растягивание мышц – разгибателей шеи, спины, бедра, сгибателей голени и стопы).

«Лук». Из положения, лежа на животе, прогнуться в спине, захватив руками щиколотки. Поднять голову, бедра, вес тела переносится на живот. (Растягивание мышц – сгибателей бедра и туловища).

«Мост». Из положения, стоя на коленях с разведенными на ширину плеч ступнями (растягивание грудных мышц, мышц передней стенки живота и сгибателей бедра).

«Мост». Из положения, лежа на спине (растягивание мышц разгибателей плеча, грудных мышц, мышц брюшного пресса, сгибателей бедра).

«Кобра». Лечь лицом вниз, касаясь, пола. Полностью расслабить все мышцы. Положить ладони на пол, каждую под соответствующее плечо, поднимая локти вверх и прижимая их к туловищу. Ноги, лежа на полу и прижаты друг к другу, носки оттянуты. Глаза закрыты. Затем открыть глаза и медленно поднимать голову, выгибая шею как можно дальше назад, после этого медленно поднимать грудную клетку, один за другим выгибая позвонки. Нижняя часть тела от пупка до пальцев ног должна касаться пола. Некоторое время фиксировать позу, а затем опускать сначала туловище, потом голову (очень медленно) на пол. Вдыхать при подъеме, во время удержания позы дышать произвольно, опускаясь, делать выдох (растягивание мышц брюшного пресса и сгибателей бедра).

«Бабочка». Сидя на полу, подвести обе ступни как можно ближе к телу и держать их руками, колени развести в стороны. Спину держать прямо. (Растягивание приводящих и разгибающих мышц бедра).

«Уголок». Из положения, стоя на коленях отклонять, стопы вытянуты, колени врозь, руки вытянуты вперед.

«Скручивание». Из положения, сидя, согнув правую ногу, переступив через бедро левой ноги, левую руку завести под правое колено, а правую за спину и медленно скручивать туловище, стараясь соединить руки. Голова повернута вправо. Выходить из позы медленно. Положение ног меняется и повторяется поворот в другую сторону.

«Черепашка». Из положения, сидя на полу между пятками опуститься на спину до касания затылком пола, прогиб в спине должен быть максимальным (укрепляются спинные мышцы, растягиваются мышцы, сгибатели бедра, разгибатели голени, стопы).

«Лодочка». Лежа на животе вытянуть руки вперед, прямые ноги поднять (укрепляет мышцы спины, ног).

«Кукла». Из седа ноги врозь, наклон вперед, голову повернуть в сторону, руки в стороны.

Тест «Цирковое искусство»

(для обучающихся четвертого года обучения)

Определить название описанного реквизита

1. Металлическая перекладина, которая подвешивается горизонтально за края и укрепляется неподвижно растяжками. К ней подвешиваются реквизит цирковых номеров.
Ответ: _____
3. Устройства, на которой артист лежит с поднятыми ногами при исполнении номеров антипода, икарыйских игр, балансировании перша или лестницы на ногах. В настоящее время больше поменяется название "антиподная подушка".
4. Ответ: _____
3. Гимнастический снаряд - металлическая перекладина, подвешиваемая горизонтально на двух веревках (с тросом внутри), прикрепленных к ней по краям.
Ответ: _____
4. Круглая площадка в центре зрительного зала цирка, имеющая 13 м. в диаметре, на которой происходит представление.
Ответ: _____
5. Подкидывающее устройство, представляющее собой частую сетку из прочной тесьмы, натянутую с помощью резиновых амортизаторов внутри металлической рамы на ножках или в виде сетчатой дорожки на металлических подставках, натянутой тросами и блоками к барьеру манежа.
Ответ: _____
6. Снаряд для воздушной гимнастики, представляющий собой металлический шест, длиной 3-4 метра, подвешиваемый вертикально, на котором упражнения выполняются двумя гимнастами.
Ответ: _____

Определите терминологию акробатических упражнений

1. Ложная пощечина, исполняемая как игровой прием
Ответ: _____
2. Темповой подскок, подпрыжка, применяемый как связующий элемент, вспомогательное действие для перехода к выполнению прыжка.
Ответ: _____
3. Гимнастическое упражнение, прямой (гладкий) перелет с одного снаряда на другой или в руки к ловитору.
Ответ: _____

4. Положение туловища, при котором ноги, предельно согнутые в коленях и тазобедренных суставах, удерживаются руками ниже колен. Ответ: _____

5. Акробатический элемент - переворот прыжком назад прогнувшись с промежуточной опорой на руки

Ответ: _____

6. Акробатический прыжок - безопорное вращение тела вперед или назад, или в сторону с полным переворачиванием через голову.

Ответ: _____

Определите значение жанра

1. Цирковой жанр, в основе которого демонстрация искусства сохранения равновесия в различных условиях, усложненных применением специального реквизита и снарядов.

Ответ: _____

2. Специально обученные работники, обслуживающие номера по установке реквизита, снарядов на манеж.

Ответ: _____

3. Жанр, в котором артист демонстрирует искусное умение подбрасывать и ловить предметы в определенной последовательности и в установленном ритме, а также балансировать их.

Ответ: _____

4. Словесная шутка или смешное действие в выступлении клоуна.

Ответ: _____

5. Участник гимнастического номера, который в вися на под коленках в рамке (ловиторке) принимает (ловит) партнера, перелетающего к нему с трапеции или с турника.

Ответ: _____

6. Цирковой жанр, в котором демонстрация отлично развитой мускулатуры и трюковые упражнения с тяжестями (гирями, ядрами, штангой и др.)

Ответ: _____

Особенности организации образовательного процесса (по разделам программы)

Техника безопасности (для всех годов обучения)

Основы техники безопасности и правил поведения на занятиях, до и после занятий, во время выступлений (на сцене и за кулисами). Страховка и самостраховка (использование лонжи, матов, поддержки друг друга, обязательная проверка реквизита и оборудования, рабочего места и т.д.).

Общая физическая подготовка (для групп всех годов обучения)

Общеразвивающие упражнения повышают общую работоспособность организма. На занятии их применяют для разминки и повышения уровня развития физических способностей обучающихся.

Упражнения для рук и плечевого пояса:

- ✓ рывковые движения прямыми или согнутыми руками в стороны, вверх, назад; то же в сочетании с наклонами, поворотами туловища;
- ✓ вращательные движения в плечевых суставах прямыми или согнутыми руками;
- ✓ пружинящие движения, сгибая ноги из упора лежа сзади;
- ✓ пружинящие наклоны в упоре стоя на коленях, руки далеко вперед;
- ✓ прогибания в упоре лежа сзади ноги врозь с опорой на одну руку;
- ✓ свободные дугообразные движения руками в сочетании с полуприседами, выпадами, полунаклонами;
- ✓ последовательное расслабление мышц рук после напряженного принятия определенного положения;
- ✓ размахивание свободно висящими руками путем поворота туловища;
- ✓ встряхивание кистями, предплечьями, плечами в различных исходных положениях;
- ✓ последовательные или одновременные движения руками с акцентом на расслабление в момент опускания.

Упражнения для ног и тазовой области:

- ✓ поднимание на носки, на пятки (в стойках, упорах стоя);
- ✓ движение стопой на себя – от себя в упражнениях, связанных движением ногами из исходного положения сидя, лежа;
- ✓ сгибание, разгибание, вращения стопой в упоре сидя; тоже, помогая себе руками;
- ✓ приседания на двух и одной ноге;
- ✓ в стойке ноги врозь на внешнюю и внутреннюю часть стопы (с ноги на

ногу);

- ✓ вставание на колени и с колен;
- ✓ поднимание таза из упора сидя;
- ✓ поднимание таза из положения лежа на спине;
- ✓ движение тазом из положения стойки ноги врозь;
- ✓ махи ногами;
- ✓ приседание в стойке ноги врозь, ноги развернуты наружу;
- ✓ полушпагат, шпагат;
- ✓ потряхивание ногами в упоре сидя углом или лежа на спине углом;
- ✓ свободные окрестные движения голеньями, потряхивание стопами и голеньями в положении лежа на животе.

Упражнения для мышц брюшного пресса:

- ✓ движения ногами в упорах сидя (сгибание – разгибание, поднимание – опускание, разведение – сведение);
- ✓ поднимание туловища в сед из положения лежа на спине;
- ✓ поднимание ног в положении лежа на спине;
- ✓ одновременные движения ногами и туловищем из положения лежа на спине.

Упражнения для мышц спины:

- ✓ поднимание туловища из положения лежа на животе;
- ✓ поднимание ног из положения лежа на животе;
- ✓ одновременные поднимания туловища и ног из положения лежа на животе;

Упражнения для шейного отдела:

- ✓ руки на голове: наклоны головы вперед, назад, в стороны, преодолевая сопротивления рук;
- ✓ стоя на коленях с опорой головой о ладони (на мягкой опоре), перекаты со лба на затылок;
- ✓ борцовский мост.

Упражнения для боковых мышц:

- ✓ из положения ноги врозь приседы с поворотами туловища и касанием руками пяток;
- ✓ из стойки на коленях ноги врозь повороты туловища с касанием пятки разноименной рукой;
- ✓ из седа ноги врозь повороты с опорой на одну руку в упор лежа боком;
- ✓ поднимание – опускание таза в упоре лежа боком.

Упражнения для развития амплитуды и гибкости:

- ✓ наклоны, повороты, вращения туловища: сгибание, разгибания, повороты, вращения в суставах конечностей;

- ✓ пружинные движения;
- ✓ махи;
- ✓ опускание в шпагат;
- ✓ притягивание тела в шпагат с опорой ногой и руками о гимнастическую скамейку;
- ✓ притягивание руками туловища к ногам или ноги к груди.

Упражнения для формирования осанки:

- ✓ приседать и вставать, отводить, поднимать и сгибать ноги, не отрывая головы, спины и таза от стены;
- ✓ принять правильную осанку перед зеркалом; запомнить ее. Сделать несколько произвольных движений, проверить правильность осанки.
- ✓ проверить осанку друг у друга;
- ✓ выполнить упражнения в положении лежа на спине с сохранением правильной осанки.

Упражнения для развития координации движений:

- ✓ ассиметричные движения конечностями;
- ✓ перекрестная смена положений;
- ✓ нарушение привычных сочетаний движений;
- ✓ совмещение строго обозначенных движений конечностей с подскоками, ходьбой, поворотами (ходьба на месте).

1. Группировка

Умение хорошо и правильно группироваться во время выполнения различных акробатических прыжков имеет большое значение. Быстрый захват группировки в совокупности с отталкиванием ногами во многом способствует более быстрому вращению акробата и лучшему выполнению кувырков и сальто.

Группировка – это такое положение акробата, когда согнутые ноги и туловище плотно прижаты друг к другу. И хотя захват группировки имеет решающее значение во время выполнения сальто, учиться быстро и правильно группироваться необходимо начинать во время тренировки простейших акробатических элементов – кувырков.

Существует три способа захвата группировки. Первый – при выполнении кувырков и сальто назад ноги быстро сгибаются в коленях, подтягиваются к туловищу и кистями рук захватываются за середину голени. Туловище надо стараться сохранять прямым, голова наклонена назад. По-другому захватывается группировка при выполнении кувырков и сальто вперед. Ноги сгибаются в коленных суставах, но не подтягиваются к туловищу, а наоборот, туловище и голова наклоняются к ногам. Третий способ захвата группировки рекомендуется только при выполнении сальто в сторону кисти рук, быстро захватывают ноги у подколенных впадин и тут же подтягивают их к туловищу, но туловище к ногам

не наклоняется. При выполнении любого элемента группировка должна быть плотной, но не слишком узкой, то есть ноги не должны быть прижаты одна к другой. Не должна быть слишком широкой. В момент захвата группировки руками расстояние между ногами – 15-20 см. Это способствует захвату более плотной группировки.

2. Строевые упражнения

Строевые упражнения занимают важное место в подготовительной части занятия. С их помощью быстро и удобно размещать обучающихся для выполнения упражнений, формировать правильную осанку, воспитывать манеру выполнения упражнений, а также обеспечивать порядок и дисциплину:

- ✓ понятия «строй», «шеренга», «колонна», «интервал», «дистанция»
- ✓ повороты направо, налево, кругом;
- ✓ построение в одну шеренгу и перестроение в две шеренги;
- ✓ построение в колонну по одному и перестроение в колонну по два.

3. Прыжки

Правильное исполнение прыжков:

- ✓ на правой, левой ноге, руки на поясе;
- ✓ на двух ногах, руки за головой;
- ✓ прыжки в приседе;
- ✓ прыжки в приседе с выпрыгиванием;
- ✓ подскоки;
- ✓ со скакалкой;
- ✓ в длину и высоту;
- ✓ с высоты.

4. Ходьба

- ✓ на носках, руки на поясе;
- ✓ на пятках, руки за головой;
- ✓ на внешней, внутренней стороне стопы;
- ✓ в полуприседе;
- ✓ «гусиный шаг».

5. Упражнения для развития силы и выносливости

- ✓ на преодоление веса собственного тела или его частей;
- ✓ с отягощениями;
- ✓ с сопротивлением партнера;
- ✓ с сопротивлением упругих предметов.

6. Стретчинг

Стретчинг – это целый ряд упражнений, направленных на совершенствование гибкости и развитие подвижности в суставах. При проведении занятия следует настроить обучающихся на выполнение стретчинга примерно по

15 секунд в каждом положении. Стретчинг не должен вызывать болевых ощущений; он выполняется в положении, при котором начинается некоторое сопротивление. При использовании стретчинга на занятии никогда не следует делать резких движений.

Типы упражнений:

– баллистические упражнения – это маховые движения руками и ногами, а также сгибания и разгибания туловища, которые обычно выполняются с большой амплитудой и значительной скоростью. В этом случае удлинение определённой группы мышц оказывается сравнительно кратковременным; оно длится столько, сколько длится мах или сгибание. Скорость растягивания мышц обычно пропорциональна скорости махов и сгибаний;

– динамические упражнения – медленные пружинящие движения, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движений;

– статические упражнения – очень медленные движения (сгибания или разгибания туловища и конечностей), при помощи которых принимается определённая поза и обучающийся удерживает ее в течение 5-30 и даже 60 секунд.

7. Игры, эстафеты.

Каждая из используемых игр основана на каком-либо движении и ведет к развитию у детей хорошей ориентации и умению подчинить свои действия общим для коллектива правилам, формированию быстрой осмысленной реакции на действия партнеров, что является основой для циркового объединения. В процессе игры обучающийся приобретает жизненный опыт, коммуникативные навыки общения, развивает творческое воображение. Он жадно тянется ко всему новому, очень подвижен. Надо постараться направить эту его подвижность в нужное русло, используя ее для формирования жизненно важных навыков.

Занятия с детьми 6-7 лет практически целиком проходят через игру. На занятиях используется множество упражнений в игровой форме. отождествляя себя с животными («Прошли как зайчики»; «Проскакали как лягушки»), растениями («Покажите, как распускается цветок»), ребенок через знакомые ему образы легче усваивает новые, непонятные ему движения. Кроме того, одни и те же или не похожие друг на друга упражнения, поданные в игровой форме, воспринимаются обучающимися из занятия в занятие с устойчивым интересом и вниманием.

На занятиях в цирковой студии игра служит не только средством физического воспитания. В процессе игры обучающийся получает определенные эстетические эмоции. Ему приходится самому принимать решения в различных ситуациях. Им усваиваются определенные морально-нравственные нормы, так как

в каждой игре существуют правила, которые нельзя нарушать. Наконец, получает удовольствие от удачно сыгранной в игре роли.

На втором году обучения игра по-прежнему остается основным методом ведения занятий. Обучающийся становится все более самостоятельным. Его организм крепнет, движения делаются более четкими, уверенными, быстрыми.

На третьем – четвертом годах обучения правила игры усложняются. Игры на развитие координации движений рук с дыхательными движениями грудной клетки («Куры», «Самолет», «Насос», «Косарь», «Цветы», «Зоопарк», «Кошка» и др.);

✓ игры на формирование правильной осанки, красивой походки; развитие равновесия («Контроль за осанкой», «Неваляшка», «Колокольчик», «Букет», «Всадники» и др.);

✓ музыкально-ритмические игры на развитие памяти, внимания, быстроты реакции («Колечко», «Шар», «Светофор», «Колпак», «Олень», «Переполах», «Умей слушать» и др.);

✓ игры на знакомство с ритмом и темпом музыки («Зеркало», «Звоночки», «Хлопай-топай», «Бусинки» и др.);

✓ игры на улучшение функций зрительного, слухового анализаторов, их координации с движениями («Пальчик», «Отзовись, не зевай», «Раз, два, три, говори», «Колокольчик» и др.);

✓ игры на улучшение способности различать форму, размеры предметов, композицию, развития мышления, выдержки («Найди и промолчи», «Ищи свой дом», «Лучники», «Круг-квадрат», «Что делают матрешки» и др.);

✓ игры на развитие воображения при одновременном использовании музыки и движения («Музыканты», «Артисты цирка», «Расскажи жестами», «Поймай комара», «Курочка и горошины» и др.);

✓ игры на развитие умений и навыков обращения с различными игровыми предметами («Мяч в обруч», «Вращение обруча», «Ловкие ноги», «Прыгалки с обручем» и др.).

Специальная физическая подготовка (для групп всех годов обучения)

1. Упражнения с предметами:

✓ мячом – броски и ловля; как отягощение; отбивы и перекаты мяча; выкруты мяча;

✓ скакалкой (используется преимущественно для прыжковых упражнений, способствуют развитию быстроты. Ловкости, выносливости) – махи и круги скакалкой; прыжки; переводы скакалки; броски скакалки;

✓ хула-хупом (для развития координации, быстроты, двигательной реакции и точности движений; увеличивают силу рук, особенно пальцев и кистей,

вливают на формирование правильной осанки) – хвататы; повороты; вращения; броски; прыжки; маховые движения; перекаты; восьмерки;

- ✓ лентой – махи; круги; змейки; спирали; восьмерки;

- ✓ гимнастической палкой – горизонтальное (внизу, на груди, впереди, на голове), вертикальное (за спиной, правая, левая рука сверху; на грудь правая, левая рука сверху; вперед) и наклонное (вперед, правая рука сверху; на грудь, правая рука сверху, за спиной, правая рука сверху) положение палки в пространстве; симметричное и одностороннее положение палки к занимающемуся.

Использование предметов вносит разнообразие в занятия, повышает интерес, и эмоциональную вовлеченность обучающихся, а так же, каждый из предметов имеет свои преимущества для направленного воздействия на различные двигательные функции, развития координационных способностей. Для занятий с большинством предметов характерны жесткий хват (при выполнении махов и кругов) и свободный (при вращении).

2. Упражнения на батуте (камере).

Прыжки с использованием камеры являются отличным средством тренировки органов равновесия и ориентировки в пространстве. С их помощью значительно облегчается освоение прыжков типа сальто. Выполнять такие прыжки следует на поролоновые маты. Чтобы камера не подпрыгивала во время прыжков, очередной исполнитель прижимает к земле ее противоположный край.

- ✓ прыжок вверх – вперед;

- ✓ прыжок на колени – встать;

- ✓ прыжок с поворотом на 360 градусов;

- ✓ прыжок вверх согнувши ноги врозь;

- ✓ прыжки вверх (в мертвой точке взять группировку);

- ✓ прыжки вверх (в точке согнувшись);

- ✓ прыжок на колени, с колен прыжок вверх на ноги;

- ✓ прыжок на колени, с колен сальто вперед в группировке на поролоновый

мат;

- ✓ комбинация: прыжок на спину, со спины, 1/2 на живот, с живота на 1/2 назад на спину, со спины встать, прыжок на колени, с колен сальто вперед на ноги;

- ✓ с прыжка сальто назад прямым телом в остановку;

- ✓ из седа прыжок полувинтом в сед;

- ✓ со спины 1 1/2 сальто вперед.

3. Упражнения на гимнастической скамейке

- ✓ стоя, сидя или лежа на скамейке (продольно или поперек);

- ✓ стоя, сидя или лежа у скамейки с использованием ее как опоры для рук

или ног;

- ✓ с восхождением на скамейку;
- ✓ с использованием скамейки в качестве отягощения или препятствия.

4. Упражнения на гимнастической стенке:

- ✓ у стенки (вис стоя, правым боком к стенке; вис присев спиной к стенке);
- ✓ на стенке (вис лицом к стенке; упор стоя на 5 рейке снизу).

5. Гимнастика

Объединяет систему специально подобранных физических упражнений, воздействующих на организм человека или на отдельные группы мышц, с целью укрепления здоровья, развитие двигательных навыков, силы и координации движений. Все упражнения цирковой гимнастики выполняются только на специальных снарядах и аппаратах, оригинальных, приспособленных лишь для выступления на сцене. Цирковая гимнастика делится на партерную (на турнике и кольцах) и воздушную (кольцо и кор де парель). В основном для нее характерны упражнения в висах и упорах. Например, упражнения на кор де пареле (вертикальном канате) – эффективное средство для развития силы и координационных способностей, при их выполнении основная нагрузка приходится на мышцы рук, плечевого пояса и туловища: лазание в смешанном вися; перелезание; лазание с остановками; способы завязывания на канате.

6. Акробатика

Акробатическое искусство – греческого происхождения (ACROBATEO – хожу на цыпочках, лезу вверх). Это жанр циркового и эстрадного искусства: демонстрирование номеров, основанных на мастерском владении телом и хорошем развитии мускулатуры. Акробатика – партерная и воздушная.

Разновидности партерной акробатики:

- ✓ прыжковая – совокупность индивидуальных прыжков через препятствия с помощью трамплина, подкидных досок, батута;
- ✓ силовая – упражнения, требующие от артистов значительной физической силы, выносливости;
- ✓ пластическая – к ней относятся скульптурные группы, акробатические этюды;
- ✓ парная – поддержки, стойки, равновесия, мосты, шпагаты, перекидки.

Занятия акробатикой рассчитаны на все возрастные группы. Обучающиеся групп первого и второго годов обучения начинают изучать основы акробатической подготовки: основы техники выполнения акробатических элементов (кувырки, колеса, перевороты, сальто, стойки), прыжки с использованием специального инвентаря: камеры, батута, страховочного пояса и без них. Затем осваивают более сложный материал, например, соединения из акробатических прыжков (рондат – переворот назад, рондат – сальто назад в

группировке, рондат – кувырок назад). Благодаря своей специфике акробатические прыжки завоевали большую популярность и признание как прикладной вид двигательной деятельности в спортивной, концертной и бытовой практике. После овладения методами и приемами основ акробатики – кувырков назад и вперед, переворотов назад и вперед, перекатов, фляков с места, полетов-кувырков, сальто вперед с камеры с разбега, рондатов – обучающиеся сдают экзамен.

7. Эквилибристика

Эквилибристика – от латинского слова OEGUILIBRES, находящийся в равновесии; цирковой жанр, демонстрирующий умение артиста удерживать в равновесии себя, предметы, партнеров. Чувство равновесия, данное человеку от природы, развивается при ходьбе, езде на велосипеде, коньках, мотоцикле, скейте. Занятия эквилибристикой так же помогают развивать это чувство.

Виды эквилибристики: на канате, проволоке, лестницах, стуле, стоялках, катушках, велосипедах. Во всех видах эквилибристики равновесие удерживается в положении стоя на руках, голове, ногах в движении или статике.

Эквилибристика подразделяется на партерную и воздушную. В студии «Ералаш» большее внимание уделяется партерной эквилибристике. Это стартовая площадка, с которой обучающиеся (достаточно подготовленные технически) смогут легко перейти к воздушной эквилибристике. Ступеньки этой «волшебной» лестницы начинаются с простейшего балансирования на катушках. Желающие овладеть этим жанром уже на первом занятии убедятся в том, что очень не просто стоять на доске, лежащей на перекатывающейся из стороны в сторону катушке. Эквилибристика, как разновидность акробатики, является одним из основных жанров циркового искусства, а ее трюковые элементы встречаются почти в каждом номере. Два вида упражнений: упражнения в сохранении равновесия и балансирование предметов.

8. Упражнения в сохранении равновесия:

- ✓ стойки на руках, стойка на одной руке с опорой на стену – ноги врозь и вместе;
- ✓ стойки на руках без опоры, стойка на одной руке с опорой ноги врозь, стойка на одной руке ноги вместе;
- ✓ равновесие на одной ноге, нога назад, ласточка;
- ✓ кувырок назад и вперед, не касаясь пола руками;
- ✓ ходьба в стойке на руках;
- ✓ повороты на месте, влево и вправо переступанием;
- ✓ стойка силой на руках;
- ✓ выход в стойку на одну руку боком с опоры;
- ✓ равновесие на локте, на левой и правой руках.

Балансирование предметов:

- ✓ баланс – стоя на доске, которая лежит на катушке;
- ✓ ходьба по туго натянутому тросу;
- ✓ равновесие на одной ноге на кубике, нога в сторону;
- ✓ баланс предмета (стакан, кубик) на лбу из положения стоя на ногах в положение лежа на спине;
- ✓ баланс – равновесие на катушках с одновременным удержанием на кольце гимнастической палки;
- ✓ баланс на катушке;
- ✓ прыжки с одновременным отталкиванием ногами, стоя на канате или катушке;
- ✓ для специализации: баланс на трех катушках с продеванием кольца через себя.

9. Жонглирование

Жонглирование – цирковой жанр, основанный на умении подбрасывать и ловить одновременно несколько одинаковых или различных предметов. Это один из самых древних видов циркового искусства. Он отличается многообразием форм, приемов, элементов реквизита. Номера в этом жанре могут быть сольными и групповыми.

Виды жонглирования: партерное (соединение искусства жонглирования и тяжелой атлетики); жонглирование совместно с эквилибристикой (на снарядах, проволоке, лестнице, катушках, шарах, моноциклах); жонглирование ногами (антипод игры с диaboлами); в виде сценок («На кухне», «В магазине игрушек»), где в качестве реквизита используются предметы быта.

Техника жонглирования:

- ✓ переброска мяча с одной руки в другую кистевым броском;
- ✓ переброска мяча с одной руки в другую ладонями вниз;
- ✓ переброска мяча правой рукой под правое колено с ловлей левой рукой и переброска мяча левой рукой под левое колено с ловлей правой рукой;
- ✓ переброска мяча за спину.
- ✓ двумя предметами (мячами);
- ✓ тремя предметами (мячами);
- ✓ в движении (мячами).
- ✓ тремя мячами на месте;
- ✓ с продвижением вперед, с продвижением назад;
- ✓ броски трех мячей каскадом;
- ✓ тремя платками, тремя кольцами, тремя булавами.

10. Специальная двигательная подготовка

- ✓ формирование умений оценивать пространственные величины (полет-

кувырок через различные препятствия, движения руками под углом 45, 90 градусов);

✓ выполнение упражнений с малой и большой амплитудой на заданную величину по ориентиру через стул, стол, кольцо, на стопку матов, со стопки матов на мат, толчком ногами с пола и толчком ногами с камеры (мостика и батута);

✓ обучение сочетанию движений различными частями тела (движения руками в разных направлениях; быстрое переключение движений различных по координации; сочетание прыжков с движениями руками; одновременные движения руками в разных направлениях, то же с движениями ногой вперед или в сторону).

Хореография в цирковом искусстве (для всех годов обучения)

При исполнении цирковых номеров используется большое количество танцевальных элементов. Поэтому при работе над цирковыми композициями много внимания уделяется занятиям хореографией, включающей в себя элементы классического, народного, характерного танца. Они помогают развивать пластичность движений, чувство ритма, воспитывать эстетический вкус.

Занятия хореографией в цирковой студии проводятся в виде комплексов (в каждом комплексе должно быть как минимум одно упражнение для рук) в основной или в подготовительной (в качестве разминки) части занятия. Каждое занятие хореографией должно заканчиваться ходьбой с оттянутыми носками и хорошей осанкой, бегом, прыжками и элементами народного и характерного танца.

В основе хореографической подготовки обучающихся лежат занятия классическим танцем (упражнения у станка и на середине зала). Главная задача – правильная постановка корпуса, положение рук и ног, выворотность стоп. Упражнения на середине зала: взмахи ногой из первой и пятой позиций; отведение ног вперед, назад, в сторону на носок; круговые движения ногой по полу. Хореография в цирковом искусстве включает базовую подготовку – ходьба, передвижения, прыжки в сочетании с руками, головой, что вырабатывает правильную осанку и красивую походку. Ходьба, бег, подскоки, прыжки активизируют работу нервной системы, системы кровообращения, нормализует обмен веществ. Полуприседания, приседания, выпады, сгибания и разгибания из различных положений укрепляет суставы, способствуют развитию их подвижности, притоку крови к работающим в это время мышцам, что важно при выполнении акробатических и гимнастических упражнений и прыжков. Поднимание и опускание ног и туловища в различных плоскостях и из разных исходных положений, в том числе лежа – укрепляют мышцы живота и спины, способствуют выпрямлению позвоночника, улучшению осанки. Максимально широкие махи руками и ногами в различных направлениях и плоскостях

развивают подвижность и укрепляют связки, мышцы в тазобедренном и грудном отделах позвоночника.

Основные танцевальные шаги:

✓ приставной шаг (вперёд, в сторону и назад):

1 – шаг в сторону, вперёд или назад,

2 – приставить к ней другую ногу. Движение начинается всё время с одной и той же ноги;

✓ переменный шаг (вперёд и назад):

1 – шаг вперед (назад) и приставить к ней другую,

2 – шаг вперед (назад) с той же ноги, с которой начиналось движение; тоже – с другой ноги;

✓ переменный шаг в стороны:

1 – шаг ногой в сторону, и приставить к ней другую,

2 – шаг в сторону с той ноги, с которой началось движение; тоже в другую сторону;

✓ шаг польки;

✓ вальсовый шаг.

История циркового искусства (для всех годов обучения)

Краткий обзор направлений и развития эстрадно-циркового искусства в России и за рубежом (просмотр видеофильмов о проведении конкурсов циркового искусства, концертных выступлений российских и зарубежных цирковых коллективов).

Жанры эстрадно-циркового искусства: жонглирование, эквилибристика, клоунада, акробатика; история возникновения цирка, народные площадные представления, театрализованные соревнования; история и развитие циркового искусства в разных странах, выдающиеся артисты цирка.

С возникновением цирковых жанров и в процессе их дальнейшего развития появились различные названия форм выступлений, всевозможных устройств, приспособлений, упражнений, действий, реквизита. Эти названия закреплялись в практике, становились привычными в употреблении и со временем стали неотъемлемой частью циркового искусства. Так, в течение длительного времени складывался и утверждался профессиональный язык цирка – цирковая терминология.

Большинство терминов имеют иностранное происхождение. Возникновение цирковых терминов связано с историей развития цирка в России и относится к тем временам, когда отечественный цирк еще не сформировался, и по городам России гастролировало большое количество иностранных артистов из разных стран. Многие из них впоследствии навсегда связали свою судьбу с русским цирком. Они строили цирковые здания во многих больших и малых городах

страны и в своих программах показывали выступления лучших русских и иностранных артистов. Имена некоторых из этих цирковых деятелей вошли в историю русского цирка: В.Сур, А. Соломонский, семейства Чинизелли, Труцци, Феррони и др.

Основные элементы гимнастики (колесо, мост, шпагат и т.д.), хореографии (позиции рук, ног, постановка корпуса и т.д.), циркового искусства (антре, лонжа, манеж, трюк, фокус, обруч и т.д.).

Оборудование и инвентарь (терминология: трапеция, корд де парель, лонжа, катушки, диаболо и т.д.; правила использования и хранения, технические особенности, ремонт).

Основы актерского мастерства (для всех годов обучения)

Музыкально-ритмическое воспитание – слуховое восприятие музыкального произведения, смысловая и эмоциональная окраска музыки через движение (темп, динамика, характер движения; фразировка; строение музыкального произведения; метр; размер; длительности; ритмический рисунок).

Музыкальная грамота – представление о музыке как о виде искусства (развитие чувства ритма, слуха, музыкальной памяти и музыкального вкуса). Передача музыкального образа через свой концертный номер.

Знакомство с историей возникновения косметики и причесок; театральным гримом; гримировальными средствами и материалами, овладение навыками сценического грима.

Изучение специальной терминологии, приемов. Посещение театральных спектаклей и цирковых представлений с последующим обсуждением и анализом постановки и актерской игры. Работа над образом («Я» в предлагаемых обстоятельствах) включает умение вживаться в образ (сказочный герой, животное, мультяшка и др.), сценически грамотно выполнять выход на концертную площадку, поклон, уход; придумывать и разыгрывать короткие сценки (этюды).

Работа над сценическими костюмами (особенности цирковых костюмов, разработка эскизов, правила хранения) и основы теории наложения грима (изучение терминологии и техники наложения).