

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «СОЗВЕЗДИЕ»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР**

Принята на заседании  
педагогического совета  
МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»  
Протокол № 3  
от «29» мая 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»  
  
\_\_\_\_\_  
О.П.Савина  
от «29» мая 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Фантазия» (цирковое искусство)**

**Уровень программы:** базовый

**Срок реализации программы:** 5 лет 1008 часов (1 год -144 часа, 2 год – 216 часов, 3 год – 216 часов, 4 год – 216 часов, 5 год – 216 часов)

**Возрастная категория программы:** 5-17 лет

**Состав группы:** до 12 человек

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**ID-номер Программы в Навигаторе 1122**

Автор – составитель:  
Денисенко Анна Сергеевна  
Степанова Ирина Евгеньевна  
педагог дополнительного образования

Краснодар, 2023

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»**

### **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Нормативно-правовой базой создания программы послужили следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации.
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.
4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11.
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
9. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 г.
10. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020 г.
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 г № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

12. Распоряжение губернатора Краснодарского края № 272-р от 20.11.2020 «О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Краснодарском крае».

13. Закон Краснодарского края от 21 июля 2008 г. № 1539-КЗ «О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Краснодарском крае» (с изменениями на 30 декабря 2022 г.);

14. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ;

15. Приказ министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края от 04.02.2020 г. № 420 «Об утверждении организационной структуры системы дополнительного образования детей Краснодарского края»;

16. Устав МБОУ ДО ДДТ «Созвездие» МО г. Краснодар.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа относится к **художественной направленности**.

Физической культуре и спорту в нашей стране придается большое значение, в связи с повышением требований не только к профессиональным качествам современного человека, но и к состоянию его здоровья. Поэтому, занятия физической культурой и спортом для молодого человека являются не только его личным делом, его желанием, но и общественным делом: спорт помогает стать достойным гражданином, готовым к общественно-полезному труду и защите Родины.

Сейчас особенно важно понять, что в сохранении и укреплении здоровья, в правильном физическом развитии детей важную роль играет двигательная активность, умение правильно организовать свое свободное время. Известно, что ребенок, ведущий малоподвижный, «сидячий» образ жизни, чаще заболевает и быстрее утомляется. Социологические исследования ученых показывают значительные снижения двигательной активности детей и подростков на основе их малой подвижности в школе, просиживания большей части времени у телевизора, компьютера, что приводит к излишней полноте, функциональным изменениям в организме.

С каждым годом идет увеличение числа несовершеннолетних наркоманов, алкоголиков, физически и умственно деградированных людей, в связи, с чем идет значительное снижение духовного, физического и интеллектуального здоровья подрастающего поколения.

Для решения вышеперечисленных проблем и в связи с запросом детей и родителей в доме детского творчества «Созвездие» была разработана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Фантазия» образцового художественного коллектива мини-цирк «Фантазия»,

направленная на духовное и физическое развитие детей и подростков, позволяющая восполнить ребенку недостающий дефицит функционального развития организма, улучшить свое здоровье, повысить культурный уровень.

Искусство цирка волнует, удивляет и восхищает. Это особый и прекрасный мир искусства. В нем обаяние, молодость и мудрость веков, красота и отвага, смелость и задор, в нем мысль и фантазия. Вобрав в себя различные жанры народного творчества, цирк формирует гармонически развитого человека, позволяет эффективно показать возможности и способности человека: его силу, ловкость, мастерство и красоту. Данная программа позволяет отвлечь детей и подростков от улицы, занять их свободное время интересным, увлекающим делом, способствуя формированию у них позитивного отношения к физической культуре и спорту, мотивации к регулярным занятиям в студии, осознанного отношения к здоровому образу жизни. Даже если ребенок или подросток в будущем не станет профессиональным артистом у него навсегда останется любовь к этому виду искусства, а полученные духовное и физическое развитие помогут ему в преодолении всех трудностей современной жизни. Занятия в цирковой студии способствуют формированию чувства прекрасного, развитию эстетических чувств, воображения, обогащению духовного мира детей.

Разработанная программа полностью соответствует нормативным требованиям по комплектованию объединений, уровню достижений обучаемых к концу каждого учебного года.

Программа опирается на научные принципы гуманизации, системности, доступности, носит развивающий характер организации учебного процесса. Дифференцированный и личностно-ориентированный подход обеспечивает развитие воспитанника в соответствии с его возможностями, склонностями и интересами.

Теоретическая значимость программы заключается в рациональном подборе средств и способов организации образовательного процесса, направленных на решение поставленных задач.

**Актуальность программы** заключается в целостном подходе к решению вышеперечисленных проблем, восполняя запросы и потребности детей и подростков и позволяя ребенку успешно реализовать свои интеллектуальные и физические способности, улучшить эмоциональное состояние. Содержание программы актуально для разных возрастных групп детей. Занятия в цирковой студии для детей младшего школьного возраста полезны и целесообразны, т.к. в этом возрасте они отзывчивы ко всякого рода общественной деятельности, с энтузиазмом и удовольствием занимаются искусством, спортом, техническим творчеством, что гармонично сочетает в себе цирковое искусство.

Возраст 5-10 лет является периодом активного формирования психологических механизмов личности в единстве всех ее составляющих. Адекватная самооценка придает ребенку уверенность в себе, смелость, способствует активному проявлению своих интересов, способностей, стимулирует достижение цели. На период 6-10 лет приходится максимум двигательной активности, что учтено при организации занятий детей данной возрастной группы

В возрасте 11-17 лет происходят глубокие физиологические изменения организма, бурно развивается психика. В подростковом возрасте происходят существенные биологические изменения: значительный рост мышечной силы, общей стойкости организма и его работоспособности. Возникает естественная потребность «применить физическую силу». Последнее обстоятельство создает более чем благоприятные условия для активных занятий акробатикой, гимнастикой, эквилибристикой и жонглированием, которые предполагают значительные физические нагрузки.

На этом этапе создается большинство концертных номеров, цирковых шоу и спектаклей, т.к. наравне с большей физической выносливостью у детей этого возраста начинает проявляться способность и потребность познать самого себя как личность, что порождает стремление к самовыражению и саморазвитию. У подростков в возрасте 13-14 лет возрастает самостоятельность и ответственность, отношения с другими детьми и взрослыми становятся более многогранными и содержательными.

Для подростков в возрасте 15-17 лет свойственны такие качества как прямолинейность, бескомпромиссность, для ребят важно определиться, кем же на самом деле является юноша или девушка в жизни, тот ли он человек, каким он себя ощущает. Цирковое искусство дает возможность проявить учащимся характерные различия «мальчишеского» и «девчоночьего» мировосприятия и различия в поведении. При постановке номеров учитываются свойственные девушкам женственность, нежность, красота и соответственно для юношей делается акцент на мужество, силу и отвагу.

**Новизна** данной программы в том, что она предусматривает разработку системы учебно-воспитательного процесса, заключающуюся в синтезе различных жанров циркового искусства с видами танцевального, музыкального искусства и спорта, и может быть рекомендована педагогам, работающим в системе дополнительного образования.

**Педагогическая целесообразность** программа обеспечивает создание оптимальных условий для приобщения детей к опыту созидательной, разносторонней деятельности, индивидуального творческого развития в условиях дополнительного образования. В ходе реализации программы

формируются и укрепляются позитивные отношения учащихся между собой, с родителями и старшими, развиваются склонности, способности и интересы личностного, социального и профессионального самоопределения детей. Учащиеся учатся самостоятельно работать, у них воспитывается уважение к труду, человеку труда, чувство дружбы, товарищества и ответственности, формируются общечеловеческие нравственные ценности, дети обретаю опыт нравственно-творческого поведения.

Цирк – это и радость творчества, и постоянный труд, т.к. мастерство здесь достигается только упорным трудом. Поэтому у детей, занимающихся в мини-цирке «Фантазия», воспитывается воля и упорство в достижении цели.

Занятия цирковым искусством обеспечивают укрепление здоровья детей, способствуют физическому и духовному развитию, совершенствуют фантазию творчества. А также воспитывают эстетический вкус и формируют позитивные интересы учащихся. А чем шире и разносторонне интересы человека, тем легче ему притворить в реальность свои планы, тем более насыщенной является его жизнь.

Цирк способен радикально повлиять на формирование личности подростка, на всю жизнь привить любовь к искусству и творчеству.

**Отличительной особенностью данной программы** является то, что, начиная со второго года обучения, занятия ведутся по жанрам циркового искусства разными специалистами. При этом у каждого ребенка существует возможность попробовать себя во всех жанрах, что впоследствии помогает определиться и выбрать наиболее интересное и соответствующее его физическим и творческим способностям направление циркового искусства, как доминирующее в процессе обучения. Следует отметить, что многие учащиеся специализируются в различных цирковых жанрах.

В основе программы заложен дифференцированный подход к обучающимся, учитывающий возрастные психофизические особенности детей и подростков, что дает возможность одновременной работы над репертуаром старших и младших детей в содружестве и заботе друг о друге.

**Адресат программы:** Программа предназначена для проведения занятий в группах 5-7 лет, 8-11 лет, 12-14 лет и 15-18 лет с учетом санитарно-гигиенических требований, возрастных особенностей детей младшего, среднего и старшего школьного возраста. Запись в объединение проводится на основании поданных заявлений от детей и родителей, справки врача о допуске к занятиям в цирковой студии.

В программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями: детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей,

находящихся в трудной жизненной ситуации, при условии отсутствия противопоказаний (справки от педиатра о состоянии здоровья) для зачисления в данное объединение. В программе предусмотрена возможность занятий по индивидуальной образовательной траектории (по индивидуальному учебному плану), который разрабатывается под конкретного учащегося, зачисленного в объединение

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

В течении всего периода реализации программы на место выбывших учащихся могут быть зачислены вновь зарегистрированные (на сайте «Навигатор») дети.

**Уровень программы, объем и сроки реализации:** Данная программа базового уровня рассчитана на 5 лет для детей и подростков в возрасте от 5 до 17 лет, проявляющих интерес к цирковому искусству и не имеющих медицинских противопоказаний для занятий в цирковой студии, что должно быть подтверждено справкой от врача, общее количество часов – 1008 часов.

**Режим занятий:** Занятия проводятся по возрастным группам. В группы первого года обучения принимаются мальчики и девочки от 5 до 9 лет без предварительного просмотра. Группа первого года обучения может объединять детей дошкольного и школьного возраста, годовая нагрузка составит 144 часа, количество детей не менее 12 человек, занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

2 год обучения – дети 9-11 лет, занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, годовая нагрузка 216 часов, наполняемость групп не менее 10 человек.

3 год обучения – дети 11-15 лет, занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, годовая нагрузка 216 часов, наполняемость группы не менее 10 человек,

4 – 5 год обучения - дети 15-17 лет, занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, наполняемость групп не менее 10 человек.

**Форма обучения:** очная

При реализации программы возможно использование дистанционных и (или) комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе.

Дистанционная форма организации образовательного процесса предусматривает работу в Сферум и других программах с учащимися объединений по профилю (направлению, виду деятельности) программы. Материалы для дистанционной формы обучения разработаны и могут быть размещены на сайте педагога, телеграмм канале педагог, на страничке объединения в Контакте. Активные ссылки будут при необходимости размещены на официальном сайте учреждения.

Это происходит в особых случаях:

- в связи с пропуском занятий учащимися по причине болезни, педагог оказывают учебно-методическую помощь обучающимся, в форме индивидуальных консультаций, оказываемых дистанционно.

- в группе всегда находятся отстающие учащиеся и учащиеся, идущие вперед по освоению программы. Педагог дает дополнительные задания по ссылкам на определенную тему

- Поиск теоретического материала и выполнение рефератов по заданным темам

### **Особенности организации образовательного процесса:**

Программа разработана на основе модульного подхода (ФЗ №273, ст.13, п.3; Порядок №196, п.10). И состоит из трех модулей. Каждый, из которых представляет собой относительно самостоятельные дидактические единицы (части образовательной программы). Все модули программы взаимосвязаны друг с другом и объединены единой целью дополнительной образовательной общеразвивающей программы. Содержание каждого модуля формируется с учетом сохранения преемственности образовательных частей.

В программу могут вноситься необходимые коррективы в соответствии с условиями работы, эпидемиологической ситуацией и возрастными возможностями учащихся, может изменяться количество часов на изучение отдельных тем, а также их последовательность в рамках конкретного модуля, вносятся коррективы в календарный график.

Обучение, воспитание и развитие детей в коллективе – единый процесс формирования личности. Возможность выбора соответствующего интересам и способностям ребенка циркового жанра, оказывает влияние на развитие у него чувства внутренней свободы, вариативности. Работа над созданием образного решения номера способствует нравственному и эстетическому воспитанию учащихся, развитию у них творческого воображения, способности к продуцированию идей, ассоциативности

Программа предусматривает поэтапную систематизацию и обобщение учебного материала. При этом возможно усложнение сформированных ранее знаний, умений, ознакомление воспитанников с новыми упражнениями. Обучение детей можно разделить на три взаимосвязанных этапа. На каждом из них решаются свои специфические задачи.

**Первый этап** (1-й год обучения) – информационно – познавательный. В этот период воспитанники овладеют первоначальными знаниями, умениями.

**Второй этап** (2-й год - 3-й год обучения) – операционно – деятельностный. На этом этапе происходит процесс формирования знаний, умений и навыков в соответствии с содержанием программы.



**Третий этап** (4-й - 5-й год обучения) – итоговый. На этом этапе совершенствуются технические и двигательные навыки, повышается исполнительское мастерство юного циркового артиста.

**Форма занятий** – При реализации программы используются групповая, индивидуальная и индивидуально-групповая формы

Данная программа предусматривает проведение занятий в традиционной форме, включающих в себя теоретическую и практическую части; постановочную, репетиционную и индивидуальную работу в рамках работы с группой. Темы индивидуальной работы входят в содержание образовательной программы. Занятия направлены на развитие творческих способностей детей (импровизация и конкурсы внутри объединения).

В основе создания коллектива лежит идея социально-педагогического взаимодействия: «родитель-ученик-педагог». Программой предусмотрены занятия по актерскому мастерству и хореографии, которые способствуют раскрепощению и яркому выражению сценического образа. Уровень программы – базовый.

**Цель программы:** формирование духовно - нравственной и физически развитой личности ребенка посредством занятий цирковым искусством, способного успешно адаптироваться в социальной среде.

Для реализации поставленной цели решаются следующие задачи:

**Образовательные** (предметные) задачи углубленного уровня:

- способствовать обучению навыкам хореографии, актерского мастерства, сценической пластике, жонглированию, режиссуре;
- способствовать овладению и совершенствованию у воспитанников двигательных умений и навыков;

**Метапредметные:**

- содействовать развитию и совершенствованию двигательных качеств (гибкости, силы, ловкости), координационных способностей; ориентированию в пространстве;
- способствовать развитию наблюдательности, внимания, памяти, творческой фантазии и воображения;
- способствовать развитию навыков эмоциональной выразительности, творческих способностей

**Личностные:**

- способствовать воспитанию у детей любви к цирковому искусству, окружающему миру;
- формировать у воспитанников волевые и моральные качества (уважительного отношения друг к другу, толерантности, взаимопонимания, взаимовыручки, коммуникативности);

- способствовать воспитанию у детей и подростков осознанного отношения к здоровому образу и стилю жизни;

**Цель первого года обучения:** содействие развитию у обучающегося деятельностной компетенции через погружение в работу творческого циркового коллектива и знакомство с основами циркового искусства.

**Цель второго года обучения:** развитие у обучающихся коммуникативной компетенции посредством расширения социальных связей и создание ситуации успеха в проводимых конкурсах, участии в концертной деятельности.

**Цель третьего года:** развитие у обучающихся личностных компетенций в условиях самостоятельной работы на занятиях, в творческой деятельности.

**Цель четвертого года обучения:** развитие социальной компетенции обучающихся, их самоопределения и самореализации в культурной, социальной и профессионально среде города и края.

**Цель пятого года обучения:** создание условий для развития социальной компетенции обучающихся, профессиональное самоопределение и самореализация в культурной, социальной и профессионально среде города и края.

Структура программы предполагает постепенное расширение и существенное углубление знаний, навыков воспитанников, более глубокое усвоение материала путем последовательного прохождения по годам обучения с учетом возрастных и психологических особенностей детей.

## 1.2. Содержание программы

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-й год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Модуль 1 «Ознакомительный»</b>	<b>70</b>	<b>16</b>	<b>54</b>	Опрос, тестирование, мониторинг, наблюдение
1.1	Вводное занятие.	2	2	-	
1.2	История развития и терминология циркового искусства	2	2	-	
1.3	Гигиена, закаливание, питание и режим	2	2	-	
1.4	Общая физическая подготовка (ОФП)	20	2	18	

1.5	Пластика	14	2	12
1.6	Акробатика	14	2	12
1.7	Хореография	12	2	10
1.8	Тестовые испытания, показательные выступления	4	2	2
<b>2</b>	<b>Модуль 2 «Начальный»</b>	<b>74</b>	<b>10</b>	<b>64</b>
2.1	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	-	12
2.2	Пластика	12	2	10
2.3	Акробатика	12	2	10
2.4	Хореография	10	2	8
2.5	Оригинальный жанр	12	2	10
2.6	Скакалка	10	2	8
2.7	Тестовые испытания, показательные выступления	4	-	4
2.8	Итоговое занятие	2	-	2
<b>Всего часов:</b>		<b>144</b>	<b>26</b>	<b>118</b>

### Содержание тем, разделов, блоков

#### 1. Вводное занятие

Теория: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях в объединении цирковой студии. Инструктаж по технике безопасности во время занятий, показательных выступлений, конкурсов, тестовых испытаний.

Правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения.

Ознакомление с планом работы объединения.

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей

#### 2. История развития и терминология циркового искусства

Теория: История развития циркового искусства в России, ее лучшие представители. Классификация терминов. Применение цирковых терминов в репетиционной работе. Термин - «Ап!» ( команда к выполнению трюка или предупреждение об опасности). Термин - «Апач» (искусственный удар, имитация удара по щеке).

#### 3. Гигиена, закаливание, питание и режим

Теория: Личная гигиена артиста цирка. Профилактика различных заболеваний.

Гигиена места занятий. Гигиенические требования к обуви, одежде, инвентарю.

Режим дня. Организация свободного времени. Особенности питания при занятиях. Закаливание, как неотъемлемая часть здорового образа жизни.

#### 4. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория: Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений, игровые виды спорта).

Практика: Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, с отягощениями, наклоны, подтягивания на перекладине, отжимания).

Прыжковые упражнения (с места, в длину, вверх).

Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота.

Упражнения для формирования осанки.

Упражнения на дыхание, расслабление.

Подвижные игры.

Упражнения на гибкость (шпагаты, колесо, мост).

Упражнения со скакалкой.

## **5. Пластика**

Теория: Основы пластики, значение в цирковом искусстве

Практика: Мостик. Цирковой мостик. Мостик на локтях. Ходьба в мостике (вперед, назад).

Шпагаты (правый, левый, поперечный). Полушпагат.

Стойка в шпагате «Уголок».

Постановка арабесок. «Уточка». Стойка на лопатках «Березка».

Стойки на локтях в 3-5 позициях.

Стойка на руках – «Зигзаг», «Кольцо», «Горизонт».

Перевороты в сторону; перевороты вперед; перевороты назад.

## **6. Акробатика**

Теория: Виды акробатики. Страховка, само страховка.

Практика: Стойка на голове. Стойка на руках с опорой ногами. Стойка на руках без опоры. Группировки. Наклон вперед с захватом из положения стоя, сидя.

Перекаты. «Зигзаг»; кольцо; «горизонт». Кувырки вперед, назад. Пассивная (самостоятельная) растяжка. Растяжка (активная) с помощью партнера. Складки (ноги вместе, врозь, стоя). Выкруты вперед, назад со скакалкой.

## **7. Хореография**

Теория: Значение искусства хореографии в цирке

Практика:

Ритмика

- ходьба, бег, прыжковые движения;

- упражнения на плавность движения рук, хлопки в различных ритмических рисунках;

- марш, круг, фигурная маршировка, танцевальный шаг с носка;

- прыжки, галоп, движения с предметами – (мячи, обручи, скакалки, булавы, флажки).

Партерная гимнастика.

Партерный экзерсис:

- упражнения на расслабление и напряжение всех мышц тела;

- упражнения, способствующие выработке выворотности;

- упражнения, способствующие развитию стопы,

- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника, упражнения, направленные на улучшение танцевального шага;

- упражнения, способствующие развитию чувства ритма, освоения темпо-ритма;

- упражнения, способствующие развитию музыкально – ритмической координации, устойчивости.

Классический танец.

Работа у станка:

- знакомство с позициями ног (1,2,3,4,5,6), рук (1,2,3):
- позиция рук, ног;
- простой сценический шаг с носочка, переменные ходы;
- шаг польки, шаги с хлопками, шаг галоп;
- полуприседание по 1,2,3 позиции;
- вытягивание ноги носком в пол;
- выбрасывание ноги на высоту 45 градусов;
- круговое движение ногой по полу по точкам (их 1 позиции), с остановкой вперед (в 4 позицию), в сторону (во вторую позицию), назад (в 5 позицию) и в исходную 1 позицию;
- поднимание вытянутой ноги на 45 градусов из 1 позиции;
- перегибания корпуса у станка.

### **8. Оригинальный жанр**

Теория: Техника вращения хула-хуп.

Практика: Вращение 1,2,3 хула-хуп.

Вращения на поднятых вверх руках, на поясе, ногах.

Работа с тростью (вращения, подбрасывания с вращением, перевод с руки на руку).

### **9. Скакалка**

Теория: Техника прыжков на скакалке.

Практика: Прыжки на двух ногах. Прыжки на левой, правой ногах. Прыжки с перекрестным вращением скакалки. Прыжки с вращением в медленном, среднем и быстром темпе.

Большая скакалка:

- забегание, выбегание;
- прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах;
- прыжки с поворотом на 90, 180 градусов;
- прыжки в парах, группой;
- прыжки с реквизитом (со скакалкой, тростью, обручем, флажками).

### **10. Тестовые испытания, показательные выступления.**

Практика: Сдача контрольных нормативов в середине и конце учебного года для определения уровня физической подготовленности воспитанников: приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам.

- 1.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).
- 2.Поднимание туловища (кол-во раз).
- 3.Наклон туловища (кол-во раз).
- 4.Прыжки вверх (кол-во раз).

Для определения уровня приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам:

- 1.Жонглирование
- 2.Оригинальный жанр
- 3.Скакалка.

### **11. Итоговое занятие ( 2 часа ).**

Практика: Подведение итогов за учебный год.

Показательные выступления воспитанников объединения для родителей.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-й год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Модуль 1 «Базовый»</b>	<b>70</b>	<b>16</b>	<b>54</b>	Опрос, тестирование, мониторинг, наблюдение
1.1	Вводное занятие.	2	2	-	
1.2	Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях	2	2	-	
1.3	Гигиена, закаливание, питание и режим	2	2	-	
1.4	Общая физическая подготовка (ОФП)	20	2	18	
1.5	Пластика	14	2	12	
1.6	Акробатика	14	2	12	
1.7	Хореография	12	2	10	
1.8	Тестовые испытания, показательные выступления	2	-	2	
<b>2</b>	<b>Модуль 2 «Основной»</b>	<b>77</b>	<b>8</b>	<b>69</b>	
2.1	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	-	12	
2.2	Пластика	8	2	6	
2.3	Акробатика	12	1	11	
2.4	Хореография	10	1	9	
2.5	Оригинальный жанр	12	2	10	
2.6	Скакалка	11	1	10	
2.7	Жонглирование	12	1	11	
<b>3</b>	<b>3 Модуль «Творческий»</b>	<b>69</b>	<b>6</b>	<b>63</b>	
3.1	Художественный образ номера	26	2	24	
3.2	Музыкальное оформление номера	12	2	10	
3.3	Режиссура номера	27	2	25	
3.4	Тестовые испытания, показательные выступления	4	-	4	

<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>	<b>30</b>	<b>186</b>	
---------------------	------------	-----------	------------	--

### **Содержание тем, разделов, блоков**

#### **1. Вводное занятие**

Теория: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях в объединении цирковой студии.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий, показательных выступлений, конкурсов, тестовых испытаний.

Правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения.

Ознакомление с планом работы объединения.

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей.

#### **2. Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях**

Теория: Медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Способы транспортировки пострадавшего.

#### **3. Гигиена, закаливание, питание и режим**

Теория: Личная гигиена артиста цирка. Профилактика различных заболеваний.

Гигиена места занятий. Гигиенические требования к обуви, одежде, инвентарю.

Режим дня. Организация свободного времени.

Особенности питания при занятиях.

Закаливание, как неотъемлемая часть здорового образа жизни.

#### **4. Общая физическая подготовка (ОФП)**

Практика: Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений, игровые виды спорта).

Бег обычный. Бег приставными шагами. Бег по прямой с изменением направления движения.

Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, с отягощениями, наклоны, подтягивания на перекладине, отжимания).

Прыжковые упражнения (с места толчком одной и двумя ногами, в длину, вверх).

Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота.

Поднимание ног в угол в висе. Поднимание ног в угол на наклонной доске.

Прыжки на возвышение. Подтягивание в висе.

Упражнения для формирования осанки.

Упражнения на дыхание, расслабление.

Подвижные игры.

Упражнения на гибкость (шпагаты, колесо, мост).

Упражнения со скакалкой.

#### **5. Жонглирование**

Стойка жонглера.

Жонглирование одним, двумя мячами; перекидка в парах; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории.

Перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Жонглирование, стоя – над собой. С ударом об пол. С хваткой. Парное жонглирование.

Выброс из-за спины, ноги. Лежа на спине.

Подкидки предметов.

Осваивание техники жонглирования кольцами. Вращения и перекидки с 1,2,3-мя кольцами.

Осваивание техники вращения и перекидки трех булав сольно и с партнером.

## **6. Скакалка**

Техника прыжков на скакалке. Прыжки на двух ногах. Прыжки на левой, правой ногах. Прыжки с перекрестным вращением скакалки. Прыжки с вращением в медленном, среднем и быстром темпе.

Большая скакалка:

-забегание, выбегание;

- прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах;

-прыжки с поворотом на 90, 180 градусов;

-прыжки в положении упор лежа; «Уголок».

-прыжки в парах, группой;

-прыжки с реквизитом (со скакалкой, тростью, обручем, флажками);

## **7. Акробатика**

Виды акробатики.

Страховка, самостраховка. Стойка на руках без опоры.

Сальто вперед. Сальто назад. Колесо на правую руку. Колесо на левую руку.

Кувырки вперед, назад. Курбет. Фляк

Прыжки с последующим кувырком.

Пассивная (самостоятельная) растяжка. Растяжка (активная) с помощью партнера. Растяжка с помощью педагога. Полушпагат. Шпагат левый, правый, прямой. Махи ногами. Складки (ноги вместе, врозь, стоя).

Выкруты вперед, назад со скакалкой.

Мост. Ходьба в мостике. Постановка «арабесок».

Упражнения для развития координационных способностей.

Упражнения для развития выносливости.

Парная силовая акробатика. Групповая силовая акробатика.

Одинарная пластическая акробатика. Парная пластическая акробатика.

Групповая пластическая акробатика.

## **8. Режиссура**

Постановка номера. Разработка сценария. Работа над техникой исполнения каждого жанра. Индивидуальные номера. Парные номера. Групповые номера.

Работа над артистичностью. Репетиция над сложными трюками. Репетиция с большим количеством предметов.

## **9. Пластика**

Мостик – задняя складка «Капелька».

Стойка в шпагате «Уголок».

Постановка арабесок (боковые арабески, задняя арабеска).

Стойки на локтях в полушпагате, шпагате, «Зигзаг», «Горизонт».

Стойка на руках – в полушпагате, шпагате, «Зигзаг», «Горизонт», «Корючка», «Чертик».

Перевероты в сторону; перевероты назад.

## **10. Художественный образ**



Постановка художественного произведения. Подбор трюков. Разучивание трюков. Подбор композиции. Музыкальное сопровождение. Стиль и тематический замысел. Сложность и выразительность трюков. Последовательность исполнения. Вхождение в образ. Артистизм. Работа над костюмом.

### **11. Музыкальное оформление**

Подбор музыкального сопровождения. Стиль космоопера. Темпоритм. Сюжет. Музыка в номере. Классическая музыка. Эстрадная музыка.

### **12. Оригинальный жанр**

Техника вращения хула-хуп. Вращение 1,2,3,4,5 хула-хуп.

Вращения на поднятых вверх руках, на поясе, ногах.

Работа с тростью (вращения, перевод с руки на руку, под ногой, в одной руке).

«Восьмерка», «Зеркальце»,

### **13. Хореография**

#### ***Партерная гимнастика.***

Партерный экзерсис:

- упражнения на расслабление и напряжение всех мышц тела;
- упражнения, способствующие выработке выворотности;
- упражнения, способствующие развитию стопы,
- упражнения, способствующие укреплению мышц брюшного пресса;
- упражнения, способствующие развитию танцевального шага.
- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника, упражнения, направленные на улучшение танцевального шага;
- упражнения, способствующие развитию чувства ритма, освоения темпо-ритма;
- упражнения, способствующие развитию музыкально – ритмической координации, устойчивости;
- вращения, поддержки.

#### ***Классический танец.***

Работа у станка:

- знакомство с позициями ног (1,2,3,4,5,6), рук (1,2,3):
- полуприседание по 1,2,3 позиции;
- вытягивание ноги носком в пол;
- выбрасывание ноги на высоту 45 градусов;
- круговое движение ногой по полу по точкам (их 1 позиции), с остановкой вперед (в 4 позицию), в сторону (во вторую позицию), назад (в 5 позицию) и в исходную 1 позицию;
- поднимание вытянутой ноги на 45 градусов из 1 позиции;
- перегибания корпуса у станка.

#### ***Эстрадный танец.***

- танцевальные комбинации на музыку с различным темпом;
- упражнения хип-хопа;
- прыжки, танцевальные этюды;
- танцевальные комбинации «модерн»;

#### ***Латино-американский танец.***

- «Самбо»;

- «самбо-виск»;
- «бота-фога»;
- «вольта»;
- «стационарный и прогрессивный шаг»;
- «самбо-ход»;
- «ча-ча-ча» - основной шаг, раскрытие, рука к руке, поворот, хит-твист.

#### **14. Тестовые испытания, показательные выступления**

Сдача контрольных нормативов в середине и конце учебного года для определения уровня физической подготовленности воспитанников: приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам.

- 1.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).
- 2.Поднимание туловища (кол-во раз).
- 3.Наклон туловища (кол-во раз).
- 4.Прыжки вверх (кол-во раз).

Для определения уровня приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам:

- 1.Жонглирование
- 2.Оригинальный жанр
- 3.Скакалка.

#### **15. Итоговое занятие ( 3 часа ).**

Подведение итогов за учебный год.

Показательные выступления для родителей.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3-й год обучения**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Модуль 1 «Базовый»</b>	<b>70</b>	<b>16</b>	<b>54</b>	Опрос, тестирование, мониторинг, наблюдение
1.1	Вводное занятие.	2	2	-	
1.2	Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях	2	2	-	
1.3	Гигиена, закаливание, питание и режим	2	2	-	
1.4	Общая физическая подготовка (ОФП)	20	2	18	
1.5	Пластика	14	2	12	
1.6	Акробатика	14	2	12	
1.7	Дрессура	12	2	10	
1.8	Тестовые испытания, показательные выступления	2	-	2	
<b>2</b>	<b>Модуль 2</b>	<b>77</b>	<b>8</b>	<b>69</b>	

	<b>«Основной»</b>			
2.1	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	-	12
2.2	Пластика	8	2	6
2.3	Акробатика	12	1	11
2.4	Хореография	10	1	9
2.5	Оригинальный жанр	12	2	10
2.6	Скакалка	11	1	10
2.7	Жонглирование	12	1	11
<b>3</b>	<b>3 Модуль «Творческий»</b>	<b>69</b>	<b>6</b>	<b>63</b>
3.1	Художественный образ номера	26	2	24
3.2	Музыкальное оформление номера	12	2	10
3.3	Режиссура номера	27	2	25
3.4	Тестовые испытания, показательные выступления	4	-	4
<b>Всего часов:</b>		<b>216</b>	<b>30</b>	<b>186</b>

### Содержание тем, разделов, блоков

#### 1. Вводное занятие

Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях в объединении цирковой студии.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий, показательных выступлений, конкурсов, тестовых испытаний.

Правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения.

Ознакомление с планом работы объединения.

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей

#### 2. Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях

Медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Способы транспортировки пострадавшего.

#### 3. Гигиена, закаливание, питание и режим

Личная гигиена артиста цирка. Профилактика различных заболеваний.

Гигиена места занятий. Гигиенические требования к обуви, одежде, инвентарю.

Режим дня. Организация свободного времени.

Особенности питания при занятиях.

Закаливание, как неотъемлемая часть здорового образа жизни.

#### 4. Общая физическая подготовка (ОФП)

Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений, игровые виды спорта).

Бег обычный. Бег приставными шагами. Бег по прямой с изменением

направления движения.

Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, с отягощениями, наклоны, подтягивания на перекладине, отжимания).

Прыжковые упражнения (с места толчком одной и двумя ногами, в длину, вверх).

Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота.

Поднимание ног в угол в висе. Поднимание ног в угол на наклонной доске.

Прыжки на возвышение. Подтягивание в висе.

Упражнения для формирования осанки.

Упражнения на дыхание, расслабление.

Подвижные игры.

Упражнения на гибкость (шпагаты, колесо, мост).

Упражнения со скакалкой.

## **5. Жонглирование**

Перекидка в парах; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории; перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Полукаскад. Каскад. Парный каскад. Трюк 1-2. «Фонтан». Треугольник.

Жонглирование ногами – «Антипод». Жонглирование предметов (коробка, бочка, ложка, трость, флажки). Подкидки предметов. Перекидки.

Одновременное вращение предметов ногами и руками (коробка, бочка, ложка, трость, флажки).

Синхронная работа в парах, тройках.

Осваивание техники жонглирования кольцами. Вращения и перекидки с 1,2,3,4-мя кольцами.

Перекидка кольцами в парах; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории; перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Жонглирование булавами. Осваивание техники вращения и перекидки трех булав сольно и с партнером.

## **6. Скакалка**

Большие скакалки:

Забегание, выбегание.

Прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах.

Прыжки с поворотом на 90, 180 градусов.

Прыжки в положении упор лежа; «Уголок».

Прыжки в парах, группой.

Прыжки в парах, стоя на плечах.

Переворот вперед в скакалке.

Кувырок вперед.

Прыжки с реквизитом (со скакалкой, тростью, обручем, флажками).

Прыжки с двумя большими скакалками (забегание, выбегание; прыжки на двух ногах).

Прыжки с поворотом на 90 градусов; прыжки в парах).

Прыжки «фляк», сальто вперед, сальто назад через большую скакалку.

Синхронные прыжки.

## **7. Акробатика**

Страховка, самостраховка. Стойка на руках без опоры.

Ходьба на руках, прыжки на руках.  
Прыжки с рук, с головы.  
Кувырок вперед, назад в паре, тройке.  
Боковое сальто. Сальто вперед. Сальто назад. Курбет. Фляк  
Прыжки с последующим кувырком.  
Акробатическая дорожка – рандат - фляк – сальто.  
Растяжка (активная) с помощью партнера. Растяжка с помощью педагога.  
Парная силовая акробатика. Групповая силовая акробатика.

## **8. Режиссура**

Постановка номера. Разработка сценария. Работа над техникой исполнения каждого жанра. Индивидуальные номера. Парные номера. Групповые номера.  
Работа над артистичностью. Репетиция над сложными трюками. Репетиция с большим количеством предметов.

## **9. Художественный образ**

Постановка художественного произведения. Подбор трюков. Разучивание трюков. Подбор композиции. Музыкальное сопровождение. Стиль и тематический замысел. Сложность и выразительность трюков.  
Последовательность исполнения. Вхождение в образ. Артистизм.

## **10. Музыкальное оформление**

Подбор музыкального сопровождения. Стиль косманомера. Темпоритм. Сюжет.  
Музыка в номере. Классическая музыка. Эстрадная музыка.

## **11. Оригинальный жанр**

Вращение 1,2,3,4,5, 6,7 хула-хуп, «Бочка», «Зонд».  
Вращения на поднятых вверх руках, на поясе, ногах.  
Работа с тростью (вращения с поворотом, подбрасывания с поворотом).  
Перекидки «Вертолет». Вращения с переводом вокруг себя и за спиной.  
Вращения с двумя тростями( боковая восьмерка, «зеркальце», восьмерка перед собой).  
Поднятие хула-хуп ногой с пола с переходом на колено, пояс, грудь, на руки.  
Комбинированное вращение ( 1 хула-хуп на коленях, 1 –на поясе, 1 – на груди, по 2 – на руках).

## **12. Хореография**

### ***Партерная гимнастика.***

Партерный экзерсис:

- упражнения на расслабление и напряжение всех мышц тела;
- упражнения, способствующие выработке выворотности, в воздухе;
- упражнения, способствующие развитию стопы,
- упражнения, способствующие укреплению мышц брюшного пресса без и с предметами;
- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника;
- упражнения, способствующие развитию музыкально – ритмической координации, устойчивости на все части тела.

### ***Классический танец.***

Работа у станка:

-знакомство с позициями ног (4,5), рук (1,2,3):

- полуприседание по 4,5 позиции;
- вытягивание ноги носком в пол;
- выбрасывание ноги на высоту 90 градусов;
- круговое движение ног по полу по точкам (из 1 позиции), с остановкой вперед (в 4 позицию), в сторону (во вторую позицию), назад (в 5 позицию) и в исходную 1 позицию;
- поднимание вытянутой ноги на 90 градусов из 1 позиции;
- перегибания корпуса у станка.

#### ***Эстрадный танец.***

- танцевальные комбинации на музыку с различным темпом;
- упражнения хип-хопа;
- прыжки, танцевальные этюды;
- танцевальные комбинации «модерн»;

#### ***Латино-американский танец.***

- «Самбо»;
- «самбо-виск»;
- «бота-фога»;
- «вольта»;
- «стационарный и прогрессивный шаг»;
- «самбо-ход»;
- «ча-ча-ча» - основной шаг, раскрытие, рука к руке, поворот, хит-твист.

### **13. Дрессура**

Работа с голубем. Ходьба с голубем. Приручение птиц. Посадка на руку.

«Восьмерка» правой.

«Восьмерка» левой.

Жонглирование с двумя, тремя голубями ( до 8 голубей).

Лет в зале.

Дрессировка на реквизите ( обруч, трость, мяч, лесенка).

Гимнастика с голубями ( мостик, цирковой мостик, арабеска, уголок, стойка на локтях).

### **14. Пластика**

Стойки на руках на стойках. Стойка в шпагате, «чертик», с разворотом на 90 градусов. Прямая стойка.

Крутки на руках.

«Ласточка» на груди.

«Чертик» на груди.

Переворот на одной руке.

Арабский переворот.

Тройная складка.

Поддержки с партнером.

### **15. Тестовые испытания, показательные выступления**

Сдача контрольных нормативов в середине и конце учебного года для определения уровня физической подготовленности воспитанников: приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам.

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).

- 2.Поднимание туловища (кол-во раз).
- 3.Наклон туловища (кол-во раз).
- 4.Прыжки вверх (кол-во раз).

Для определения уровня приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам:

- 1.Жонглирование
- 2.Оригинальный жанр
- 3.Скакалка.

## 16. Итоговое занятие

Подведение итогов за учебный год.

Показательные выступления для родителей.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 4-й – год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Модуль 1 «Базовый»</b>	<b>70</b>	<b>4</b>	<b>66</b>	Опрос, тестирование, мониторинг, наблюдение
1.1	Вводное занятие.	2	2	-	
1.2	Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях	2	2	-	
1.3	Скакалка	10	-	10	
1.4	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	-	12	
1.5	Пластика	14	-	14	
1.6	Акробатика	14	-	14	
1.7	Дрессура	14	-	14	
1.8	Тестовые испытания, показательные выступления	2	-	2	
<b>2</b>	<b>Модуль 2 «Основной»</b>	<b>77</b>	<b>8</b>	<b>69</b>	
2.1	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	-	12	
2.2	Пластика	8	2	6	
2.3	Акробатика	12	1	11	
2.4	Хореография	10	1	9	
2.5	Оригинальный жанр	12	2	10	
2.6	Скакалка	11	1	10	
2.7	Жонглирование	12	1	11	
<b>3</b>	<b>3 Модуль «Творческий»</b>	<b>69</b>	<b>6</b>	<b>63</b>	
3.1	Художественный	26	2	24	

	образ номера			
3.2	Музыкальное оформление номера	12	2	10
3.3	Режиссура номера	27	2	25
3.4	Тестовые испытания, показательные выступления	4	-	4
<b>Всего часов:</b>		<b>216</b>	<b>18</b>	<b>198</b>

## Содержание тем, разделов, блоков

### 1. Вводное занятие

Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях в объединении цирковой студии.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий, показательных выступлений, конкурсов, тестовых испытаний.

Правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения.

Ознакомление с планом работы объединения.

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей

### 2. Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях

Медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Способы транспортировки пострадавшего. Личная гигиена артиста цирка. Профилактика различных заболеваний.

Гигиена места занятий. Гигиенические требования к обуви, одежде, инвентарю.

Режим дня. Организация свободного времени.

Особенности питания при занятиях.

Закаливание, как неотъемлемая часть здорового образа жизни.

### 3. Общая физическая подготовка (ОФП)

Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений, игровые виды спорта).

Бег обычный. Бег приставными шагами. Бег по прямой с изменением направления движения. Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, с отягощениями, наклоны, подтягивания на перекладине, отжимания). Прыжковые упражнения (с места толчком одной и двумя ногами, в длину, вверх).

Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота.

Поднимание ног в угол в висе. Поднимание ног в угол на наклонной доске.

Прыжки на возвышение. Подтягивание в висе. Упражнения для формирования осанки. Упражнения на дыхание, расслабление. Подвижные игры. Упражнения на гибкость (шпагаты, колесо, мост). Упражнения со скакалкой.

### 4. Жонглирование

Перекидка в парах; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории; перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Полукаскад. Каскад. Парный каскад. Трюк 1-2. «Фонтан». Треугольник.

Жонглирование ногами – «Антипод». Жонглирование предметов (коробка,



бочка, ложка, трость, флажки). Подкидки предметов. Перекидки. Одновременное вращение предметов ногами и руками (коробка, бочка, ложка, трость, флажки).

Синхронная работа в парах, тройках.

Осваивание техники жонглирования кольцами. Вращения и перекидки с 1,2,3,4-мя кольцами.

Перекидка кольцами в парах; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории; перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Жонглирование булавами. Осваивание техники вращения и перекидки трех булав только и с партнером.

## **5. Скакалка**

Большие скакалки:

Забегание, выбегание.

Прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах.

Прыжки с поворотом на 90, 180 градусов.

Прыжки в положении упор лежа; «Уголок».

Прыжки в парах, группой.

Прыжки в парах, стоя на плечах.

Переворот вперед в скакалке.

Кувырок вперед.

Прыжки с реквизитом (со скакалкой, тростью, обручем, флажками).

Прыжки с двумя большими скакалками (забегание, выбегание; прыжки на двух ногах).

Прыжки с поворотом на 90 градусов; прыжки в парах).

Прыжки «фляк», сальто вперед, сальто назад через большую скакалку.

Синхронные прыжки.

## **6. Акробатика**

Страховка, самостраховка. Стойка на руках без опоры.

Ходьба на руках, прыжки на руках.

Прыжки с рук, с головы.

Кувырок вперед, назад в паре, тройке.

Боковое сальто. Сальто вперед. Сальто назад. Курбет. Фляк

Прыжки с последующим кувырком.

Акробатическая дорожка – рандат - фляк – сальто.

Растяжка (активная) с помощью партнера. Растяжка с помощью педагога.

Парная силовая акробатика. Групповая силовая акробатика.

## **7. Режиссура**

Постановка номера. Разработка сценария. Работа над техникой исполнения каждого жанра. Индивидуальные номера. Парные номера. Групповые номера.

Работа над артистичностью. Репетиция над сложными трюками. Репетиция с большим количеством предметов.

## **8. Художественный образ**

Постановка художественного произведения. Подбор трюков. Разучивание трюков. Подбор композиции. Музыкальное сопровождение. Стиль и тематический замысел. Сложность и выразительность трюков.

Последовательность исполнения. Вхождение в образ. Артистизм.

## **9. Музыкальное оформление**

Подбор музыкального сопровождения. Стиль косманомера. Темпоритм. Сюжет. Музыка в номере. Классическая музыка. Эстрадная музыка.

## **10. Оригинальный жанр**

Вращение 1,2,3,4,5, 6,7 хула-хуп, «Бочка», «Зонд».

Вращения на поднятых вверх руках, на поясе, ногах.

Работа с тростью (вращения с поворотом, подбрасывания с поворотом).

Перекидки «Вертолет». Вращения с переводом вокруг себя и за спиной.

Вращения с двумя тростями( боковая восьмерка, «зеркальце», восьмерка перед собой).

Поднятие хула-хуп ногой с пола с переходом на колено, пояс, грудь, на руки.

Комбинированное вращение (1 хула-хуп на коленях, 1 –на поясе, 1 – на груди, по 2 – на руках).

## **11. Хореография**

### ***Партерная гимнастика.***

Партерный экзерсис:

- упражнения на расслабление и напряжение всех мышц тела;
- упражнения, способствующие выработке выворотности, в воздухе;
- упражнения, способствующие развитию стопы,
- упражнения, способствующие укреплению мышц брюшного пресса без и с предметами;
- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника;
- упражнения, способствующие развитию музыкально – ритмической координации, устойчивости на все части тела.

### ***Классический танец.***

Работа у станка:

- знакомство с позициями ног (4,5), рук (1,2,3):
- полуприседание по 4,5 позиции;
- вытягивание ноги носком в пол;
- выбрасывание ноги на высоту 90 градусов;
- круговое движение ногой по полу по точкам (из 1 позиции), с остановкой вперед (в 4 позицию), в сторону (во вторую позицию), назад (в 5 позицию) и в исходную 1 позицию;
- поднимание вытянутой ноги на 90 градусов из 1 позиции;
- перегибания корпуса у станка.

### ***Эстрадный танец.***

- танцевальные комбинации на музыку с различным темпом;
- упражнения хип-хопа;
- прыжки, танцевальные этюды;
- танцевальные комбинации «модерн»;

### ***Латино-американский танец.***

- «Самбо»;
- «самбо-виск»;
- «бота-фога»;

- «вольта»;
- «стационарный и прогрессивный шаг»;
- «самбо-ход»;
- «ча-ча-ча» - основной шаг, раскрытие, рука к руке, поворот, хит-твист.

## 12. Дрессура

Работа с голубем. Ходьба с голубем. Приручение птиц. Посадка на руку.

«Восьмерка» правой.

«Восьмерка» левой.

Жонглирование с двумя, тремя голубями ( до 8 голубей).

Лет в зале.

Дрессировка на реквизите ( обруч, трость, мяч, лесенка).

Гимнастика с голубями ( мостик, цирковой мостик, арабеска, уголок, стойка на локтях).

## 13. Пластика

Стойки на руках на стойках. Стойка в шпагате, «чертик», с разворотом на 90 градусов. Прямая стойка.

Крутки на руках.

«Ласточка» на груди.

«Чертик» на груди.

Переворот на одной руке.

Арабский переворот.

Тройная складка.

Поддержки с партнером.

## 14. Тестовые испытания, показательные выступления

Сдача контрольных нормативов в середине и конце учебного года для определения уровня физической подготовленности воспитанников: приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам.

1.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).

2.Поднимание туловища (кол-во раз).

3.Наклон туловища (кол-во раз).

4.Прыжки вверх (кол-во раз).

Для определения уровня приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам:

1.Жонглирование

2.Оригинальный жанр

3.Скакалка.

## 15. Итоговое занятие (3 часа).

Подведение итогов за учебный год.

Показательные выступления для родителей.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### 5-й – год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего часов	Теория	Практика	

<b>1</b>	<b>Модуль 1 «Углубленный»</b>	<b>70</b>	<b>2</b>	<b>68</b>	Опрос, тестирование, мониторинг, наблюдение
1.1	Вводное занятие.	2	2	-	
1.2	Оригинальный жанр	12	-	12	
1.3	Скакалка	10	-	10	
1.4	Общая физическая подготовка (ОФП)	10	-	10	
1.5	Пластика	10	-	10	
1.6	Акробатика	12	-	12	
1.7	Дрессура	12	-	12	
1.8	Тестовые испытания, показательные выступления	2	-	2	
<b>2</b>	<b>Модуль 2 «Расширенный»</b>	<b>77</b>	<b>-</b>	<b>77</b>	
2.1	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	-	12	
2.2	Дрессура	8	-	68	
2.3	Акробатика	12	-	12	
2.4	Хореография	10	-	10	
2.5	Оригинальный жанр	12	-	12	
2.6	Скакалка	11	-	11	
2.7	Жонглирование	12	-	12	
<b>3</b>	<b>3 Модуль «Итоговый»</b>	<b>69</b>	<b>-</b>	<b>69</b>	
3.1	Художественный образ номера	26	-	26	
3.2	Музыкальное оформление номера	12	-	12	
3.3	Режиссура номера	27	-	27	
3.4	Тестовые испытания, показательные выступления	4	-	4	
<b>Всего часов:</b>		<b>216</b>	<b>18</b>	<b>198</b>	

### Содержание тем, разделов, блоков

**5 год обучения не предусматривает теоретический блок, кроме вводного занятия.**

#### **1. Вводное занятие**

Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях в объединении цирковой студии.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий, показательных выступлений, конкурсов, тестовых испытаний.

Правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения.

Ознакомление с планом работы объединения.

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей

## **2. Общая физическая подготовка (ОФП)**

Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений, игровые виды спорта).

Бег обычный. Бег приставными шагами. Бег по прямой с изменением направления движения. Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, с отягощениями, наклоны, подтягивания на перекладине, отжимания). Прыжковые упражнения (с места толчком одной и двумя ногами, в длину, вверх).

Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота. Поднимание ног в угол в висе. Поднимание ног в угол на наклонной доске. Прыжки на возвышение. Подтягивание в висе. Упражнения для формирования осанки. Упражнения на дыхание, расслабление. Подвижные игры. Упражнения на гибкость (шпагаты, колесо, мост). Упражнения со скакалкой.

## **3. Жонглирование**

Перекидка в парах; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории; перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Полукаскад. Каскад. Парный каскад. Трюк 1-2. «Фонтан». Треугольник.

Жонглирование ногами – «Антипод». Жонглирование предметов (коробка, бочка, ложка, трость, флажки). Подкидки предметов. Перекидки.

Одновременное вращение предметов ногами и руками (коробка, бочка, ложка, трость, флажки).

Синхронная работа в парах, тройках.

Осваивание техники жонглирования кольцами. Вращения и перекидки с 1,2,3,4-мя кольцами.

Перекидка кольцами в парах; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории; перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Жонглирование булавами. Осваивание техники вращения и перекидки трех булав только и с партнером.

## **4. Скакалка**

Большие скакалки:

Забегание, выбегание.

Прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах.

Прыжки с поворотом на 90, 180 градусов.

Прыжки в положении упор лежа; «Уголок».

Прыжки в парах, группой.

Прыжки в парах, стоя на плечах.

Переворот вперед в скакалке.

Кувырок вперед.

Прыжки с реквизитом (со скакалкой, тростью, обручем, флажками).

Прыжки с двумя большими скакалками (забегание, выбегание; прыжки на двух ногах).

Прыжки с поворотом на 90 градусов; прыжки в парах).

Прыжки «фляк», сальто вперед, сальто назад через большую скакалку.  
Синхронные прыжки.

## **5. Акробатика**

Страховка, самостраховка. Стойка на руках без опоры.

Ходьба на руках, прыжки на руках.

Прыжки с рук, с головы.

Кувырок вперед, назад в паре, тройке.

Боковое сальто. Сальто вперед. Сальто назад. Курбет. Фляк

Прыжки с последующим кувырком.

Акробатическая дорожка – рандат - фляк – сальто.

Растяжка (активная) с помощью партнера. Растяжка с помощью педагога.

Парная силовая акробатика. Групповая силовая акробатика.

## **6. Режиссура**

Постановка номера. Разработка сценария. Работа над техникой исполнения каждого жанра. Индивидуальные номера. Парные номера. Групповые номера.

Работа над артистичностью. Репетиция над сложными трюками. Репетиция с большим количеством предметов.

## **7. Художественный образ**

Постановка художественного произведения. Подбор трюков. Разучивание трюков. Подбор композиции. Музыкальное сопровождение. Стиль и тематический замысел. Сложность и выразительность трюков. Последовательность исполнения. Вхождение в образ. Артистизм.

## **8. Музыкальное оформление**

Подбор музыкального сопровождения. Стиль косманомера. Темпоритм. Сюжет. Музыка в номере. Классическая музыка. Эстрадная музыка.

## **9. Оригинальный жанр**

Вращение 1,2,3,4,5, 6,7 хула-хуп, «Бочка», «Зонд».

Вращения на поднятых вверх руках, на поясе, ногах.

Работа с тростью (вращения с поворотом, подбрасывания с поворотом).

Перекидки «Вертолет». Вращения с переводом вокруг себя и за спиной.

Вращения с двумя тростями( боковая восьмерка, «зеркальце», восьмерка перед собой).

Поднятие хула-хуп ногой с пола с переходом на колено, пояс, грудь, на руки.

Комбинированное вращение (1 хула-хуп на коленях, 1 –на поясе, 1 – на груди, по 2 – на руках).

## **10. Хореография**

### ***Партерная гимнастика.***

Партерный экзерсис:

- упражнения на расслабление и напряжение всех мышц тела;
- упражнения, способствующие выработке выворотности, в воздухе;
- упражнения, способствующие развитию стопы,
- упражнения, способствующие укреплению мышц брюшного пресса без и с предметами;
- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника;
- упражнения, способствующие развитию музыкально – ритмической

координации, устойчивости на все части тела.

### ***Классический танец.***

Работа у станка:

- знакомство с позициями ног (4,5), рук (1,2,3):
- полуприседание по 4,5 позиции;
- вытягивание ноги носком в пол;
- выбрасывание ноги на высоту 90 градусов;
- круговое движение ногой по полу по точкам (из 1 позиции), с остановкой вперед (в 4 позицию), в сторону (во вторую позицию), назад (в 5 позицию) и в исходную 1 позицию;
- поднимание вытянутой ноги на 90 градусов из 1 позиции;
- перегибания корпуса у станка.

### ***Эстрадный танец.***

- танцевальные комбинации на музыку с различным темпом;
- упражнения хип-хопа;
- прыжки, танцевальные этюды;
- танцевальные комбинации «модерн»;

### ***Латино-американский танец.***

- «Самбо»;
- «самбо-виск»;
- «бота-фога»;
- «вольта»;
- «стационарный и прогрессивный шаг»;
- «самбо-ход»;
- «ча-ча-ча» - основной шаг, раскрытие, рука к руке, поворот, хит-твист.

## **11. Дрессура**

Работа с голубем. Ходьба с голубем. Приручение птиц. Посадка на руку.

«Восьмерка» правой.

«Восьмерка» левой.

Жонглирование с двумя, тремя голубями ( до 8 голубей).

Лет в зале.

Дрессировка на реквизите ( обруч, трость, мяч, лесенка).

Гимнастика с голубями ( мостик, цирковой мостик, арабеска, уголок, стойка на локтях).

## **12. Пластика**

Стойки на руках на стойках. Стойка в шпагате, «чертик», с разворотом на 90 градусов. Прямая стойка.

Крутки на руках.

«Ласточка» на груди.

«Чертик» на груди.

Переворот на одной руке.

Арабский переворот.

Тройная складка.

Поддержки с партнером.

## **13. Тестовые испытания, показательные выступления**

Сдача контрольных нормативов в середине и конце учебного года для определения уровня физической подготовленности воспитанников: приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам.

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).
2. Поднимание туловища (кол-во раз).
3. Наклон туловища (кол-во раз).
4. Прыжки вверх (кол-во раз).

Для определения уровня приобретенных умений и навыков по технике выполнения элементов по жанрам:

1. Жонглирование
2. Оригинальный жанр
3. Скакалка.

#### **14. Итоговое занятие**

Подведение итогов за учебный год.

Показательные выступления для родителей.

### **1.3 Планируемые результаты.**

Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы:

**В конце первого года обучения учащиеся будут:**

**Знать:**

- меры безопасности при подготовке и проведении занятий, выступлений;
- историю циркового искусства;
- цирковую терминологию;
- о личной гигиене, способах закаливания, режиме дня и питании;
- базовые элементы акробатики, гимнастики, работы с реквизитом;
- основы режиссуры, музыкального оформления, иметь понятие о значении костюма и художественного образа.

**Уметь:**

- у воспитанников сформируется мотивация к занятиям в цирковой студии;
- смогут качественно выполнять технические элементы жанровой подготовки;
- формируются ценности духовного и физического развития;
- улучшатся показатели физического развития и физической подготовленности детей, координационных способностей;
- приобретут навыки хореографической подготовки;
- приобретут первоначальные навыки выполнения упражнений пластической гимнастики;
- появится ориентация на развитие социально значимых ценностей, жизненно важных знаний, активно - деятельностного отношения к здоровому образу и стилю жизни;
- смогут участвовать в показательных и концертных выступлениях.

**В конце второго года обучения учащиеся будут:**

**Знать:**

- меры безопасности при подготовке и проведении занятий, выступлений;



- о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- изучаемые композиции, элементы силовой и хореографической подготовки;
- о технике правильного выполнения упражнений с различными предметами;
- о санитарных нормах и правилах;
- о личной гигиене, способах закаливания, режиме дня и питании;
- основы режиссуры, музыкального оформления, иметь знания о значении костюма и художественного образа.

**Уметь:**

- уверенно владеть реквизитом (трости, обручи, мячи, скакалки, флажки);
- повышены до ожидаемого уровня показатели физического развития и физической подготовленности детей, координационных способностей;
- сформирована мотивация и потребность у воспитанников к здоровому образу и стилю жизни, негативного отношения к вредным привычкам;
- приобретены знания и умения по актерскому и исполнительскому мастерству;
- сформированы основные положения правильной осанки;
- развиты важнейшие духовно-нравственные ценности;
- развиты навыки артистизма, импровизации;
- будут развиты навыки выполнения упражнений пластической гимнастики;
- приобретены навыки технического исполнения видов жанра ( скакалка, жонглирование, акробатика, оригинальный жанр);
- смогут участвовать в концертных, показательных выступлениях, фестивалях.

**В конце третьего года обучения учащиеся будут:**

**Знать:**

- меры безопасности при подготовке и проведении занятий, выступлений;
- о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- изучаемые композиции, элементы силовой и хореографической подготовки;
- о технике правильного выполнения упражнений с различными предметами;
- о санитарных нормах и правилах;
- о личной гигиене, способах закаливания, режиме дня и питании;
- основы режиссуры, музыкального оформления, иметь знания о значении костюма и художественного образа.

**Уметь:**

- развиты у воспитанников до ожидаемого уровня нравственные и волевые качества;
- развиты необходимые двигательные качества артиста цирковой студии (гибкость, ловкость, сила, выносливость);
- достигнуты до ожидаемого уровня показатели физического развития и физической подготовленности детей, координационных способностей;
- уметь исполнять сложные трюки при работе с реквизитом в различных жанрах;
- владеть умениями и навыками актерского и исполнительского мастерства;
- уметь выполнять силовые акробатические и сложно-технические элементы в работе со скакалкой;

- развиты навыки артистизма, импровизации;
- развиты навыки работы с птицами, животными в жанре дрессура;
- сформированы профессиональные навыки выполнения упражнений пластической гимнастики;
- на достаточно высоком уровне сформирована устойчивая правильная осанка;
- сформировано у воспитанников осознанное отношение к здоровому образу и стилю жизни, негативное отношение к вредным привычкам;
- снизится уровень агрессивности через трансформацию ее в спортивные, творческие занятия, мероприятия, на основе расширения зоны межличностного общения;
- будет сформирована личность, ориентированная на обеспечение личной безопасности, безопасности для окружающих, среды обитания;
- профессионально участвовать в концертных, показательных выступлениях, фестивалях.

**В конце четвертого года обучения учащиеся будут:**

**Знать:**

- меры безопасности при подготовке и проведении занятий, выступлений;
- о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- изучаемые композиции, элементы силовой и хореографической подготовки;
- о технике правильного выполнения упражнений с различными предметами;
- о санитарных нормах и правилах;
- о личной гигиене, способах закаливания, режиме дня и питания;
- основы режиссуры, музыкального оформления, иметь знания о значении костюма и художественного образа.

**Уметь:**

- развиты у воспитанников до ожидаемого уровня нравственные и волевые качества;
- развиты необходимые двигательные качества артиста цирковой студии (гибкость, ловкость, сила, выносливость);
- достигнуты до ожидаемого уровня показатели физического развития и физической подготовленности детей, координационных способностей;
- уметь исполнять сложные трюки при работе с реквизитом в различных жанрах;
- владеть умениями и навыками актерского и исполнительского мастерства;
- уметь выполнять силовые акробатические и сложно-технические элементы в работе со скакалкой;
- развиты навыки артистизма, импровизации;
- развиты навыки работы с птицами, животными в жанре дрессура;
- сформированы профессиональные навыки выполнения упражнений пластической гимнастики;
- на достаточно высоком уровне сформирована устойчивая правильная осанка;
- сформировано у воспитанников осознанное отношение к здоровому образу и стилю жизни, негативное отношение к вредным привычкам;
- снизится уровень агрессивности через трансформацию ее в спортивные, творческие занятия, мероприятия, на основе расширения зоны межличностного

общения;

- профессионально участвовать в концертных, показательных выступлениях, фестивалях.

**В конце пятого года обучения учащиеся будут:**

**Знать:**

- меры безопасности при подготовке и проведении занятий, выступлений;

- о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

- изучаемые композиции, элементы силовой и хореографической подготовки;

- о технике правильного выполнения упражнений с различными предметами;

- о санитарных нормах и правилах;

- о личной гигиене, способах закаливания, режиме дня и питания;

- основы режиссуры, музыкального оформления, иметь знания о значении костюма и художественного образа.

**Уметь:**

- развиты у воспитанников до ожидаемого уровня нравственные и волевые качества;

- развиты необходимые двигательные качества артиста цирковой студии (гибкость, ловкость, сила, выносливость);

- достигнуты до ожидаемого уровня показатели физического развития и физической подготовленности детей, координационных способностей;

- уметь исполнять сложные трюки при работе с реквизитом в различных жанрах;

- владеть умениями и навыками актерского и исполнительского мастерства;

- уметь выполнять силовые акробатические и сложно-технические элементы в работе со скакалкой;

- развиты навыки артистизма, импровизации;

- развиты навыки работы с птицами, животными в жанре дрессура;

- сформированы профессиональные навыки выполнения упражнений пластической гимнастики;

- на достаточно высоком уровне сформирована устойчивая правильная осанка;

- сформировано у воспитанников осознанное отношение к здоровому образу и стилю жизни, негативное отношение к вредным привычкам;

- снизится уровень агрессивности через трансформацию ее в спортивные, творческие занятия, мероприятия, на основе расширения зоны межличностного общения;

- будет сформирована личность, ориентированная на обеспечение личной безопасности, безопасности для окружающих, среды обитания;

- профессионально участвовать в концертных, показательных выступлениях, фестивалях.

## **Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий».**

### **2.1. Календарный учебный график.**

#### **1-3 год обучения**

п/п	Дата	Тема занятий	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
1.		Вводное занятие	2	Согласно утвержденного расписания	очная	МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»	Опрос, наблюдение, мониторинг, тестирование  (приложение 1, 2)
2.		Введение в театральную деятельность Основы цирковой культуры	2				
3.		Основы театрального мастерства	2				
4.		Музыка и ритм	2				
5.		Общая физическая подготовка	2				
6.		Классическая хореография	2				
7.		Сценическая пластика	2				
8.		Специальная физическая подготовка	2				
9.		Введение в театральную деятельность Основы цирковой культуры	2				
10.		Основы театрального мастерства	2				
11.		Классическая хореография	2				
12.		Общая физическая подготовка	2				
13.		Акробатика	2				
14.		Ходули	2				
15.		Жонглирование	2				
16.		Музыка и ритм	2				
17.		Основы театрального мастерства	2				

18.	Музыка и ритм	2				
19.	Специальная физическая подготовка	2				
20.	Репетиционно-постановочная работа	2				
21.	Введение в театральную деятельность Основы цирковой культуры	2				
22.	Сценическая пластика	2				
23.	Музыка и ритм	2				
24.	Общая физическая подготовка	2				
25.	Специальная физическая подготовка	2				
26.	Акробатика	2				
27.	Репетиционно-постановочная работа	2				
28.	Классическая хореография	2				
29.	Сценическая пластика	2				
30.	Общая физическая подготовка	2				
31.	Акробатика	2				
32.	Ходули	2				
33.	Жонглирование	2				
34.	Репетиционно-постановочная работа	2				
35.	Общая физическая подготовка	2				
36.	Классическая хореография	2				
37.	Акробатика	2				

38.	Специальная физическая подготовка	2				
39.	Ходули	2				
40.	Акробатика	2				
41.	Репетиционно-постановочная работа	2				
42.	Эквилибристика на «катушке»	2				
43.	Акробатика	2				
44.	Общая физическая подготовка	2				
45.	Специальная физическая подготовка	2				
46.	Жонглирование	2				
47.	Ходули	2				
48.	Репетиционно-постановочная работа	2				
49.	Акробатика	2				
50.	Репетиционно-постановочная работа	2				
51.	Хула-хупы	2				
52.	Концертная деятельность	2				
53.	Репетиционно-постановочная работа	2				
54.	Концертная деятельность	2				
55.	Акробатика	2				
56.	Хула-хупы	2				
57.	Концертная деятельность	2				

58.	Репетиционно-постановочная работа	2								
59.	Концертная деятельность	2								
60.	Репетиционно-постановочная работа	2								
61.	Хула-хупы	2								
62.	Эквилибристика на «катушке»	2								
63.	Репетиционно-постановочная работа	2								
64.	Специальная физическая подготовка	2								
65.	Репетиционно-постановочная работа	2								
66.	Акробатика	2								
67.	Жонглирование	2								
68.	Эквилибристика на «катушке»	2								
69.	Репетиционно-постановочная работа	2								
70.	Концертная деятельность	2					Согласно утвержденного расписания	очная	МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»	Опрос, наблюдение, мониторинг,
71.	Репетиционно-постановочная работа	2								
72.	Итоговое занятие	2								

### Календарный учебный график.

#### 4-5 год обучения

п/п	Дата	Тема занятий	Кол-во часов	Время проведения занятий	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
1.		Вводное занятие	2	Согласно утвержденного	очная	МБОУ ДО ДДТ	Опрос, наблюдение
2.		Трость	2				

3.		Жонглирование	2				
4.		Специальная физическая подготовка	2				
5.		Акробатика	2				
6.		Хула-хупы	2				
7.		Классическая хореография	2				
8.		Эквилибристика на «катушке»	2				
9.		Специальная физическая подготовка	2				
10.		Акробатика	2				
11.		Трость	2				
12.		Грим-визаж	2				
13.		Ходули	2				
14.		Классическая хореография	2				
15.		Жонглирование	2				
16.		Эквилибристика на «катушке»	2				
17.		Моноцикл	2				
18.		Групповая скакалка	2				
19.		Моноцикл	2				
20.		Классическая хореография	2				
21.		Ходули	2				
22.		Акробатика	2				
23.		Грим-визаж	2				
24.		Трость	2				
25.		Групповая скакалка	2				
26.		Акробатика	2				



27.		Концертная деятельность	2				
28.		Хула-хупы	2				
29.		Эквилибристика на «катушке»	2				
30.		Грим-визаж	2				
31.		Групповая скакалка	2				
32.		Акробатика	2				
33.		Специальная физическая подготовка	2				
34.		Жонглирование	2				
35.		Репетиционно- постановочная работа	2				
36.		Моноцикл	2				
37.		Классическая хореография	2				
38.		Концертная деятельность	2				
39.		Групповая скакалка	2				
40.		Трость	2				
41.		Репетиционно- постановочная работа	2				
42.		Хула-хупы	2				
43.		Эквилибристика на «катушке»	2				
44.		Моноцикл	2				
45.		Репетиционно- постановочная работа	2				
46.		Актёрское мастерство	2				
47.		Трость	2				
48.		Классическая хореография	2				
49.		Групповая скакалка	2				
50.		Эквилибристика на «катушке»	2				

51.	Акробатика	2				
52.	Ходули	2				
53.	Хула-хупы	2				
54.	Актёрское мастерство	2				
55.	Жонглирование	2				
56.	Репетиционно- постановочная работа	2				
57.	Классическая хореография	2				
58.	Репетиционно- постановочная работа	2				
59.	Акробатика	2				
60.	Моноцикл	2				
61.	Ходули	2				
62.	Жонглирование	2				
63.	Репетиционно- постановочная работа	2				
64.	Пантомима	2				
65.	Репетиционно- постановочная работа	2				
66.	Актёрское мастерство	2				
67.	Жонглирование	2				
68.	Хула-хупы	2				
69.	Грим-визаж	2				
70.	Специальная физическая подготовка	2				
71.	Ходули	2				
72.	Хула-хупы	2				
73.	Актёрское мастерство	2				
74.	Специальная физическая подготовка	2				

75.	Акробатика	2				
76.	Жонглирование	2				
77.	Концертная деятельность	2				
78.	Грим-визаж	2				
79.	Специальная физическая подготовка	2				
80.	Классическая хореография	2				
81.	Репетиционно- постановочная работа	2				
82.	Концертная деятельность	2				
83.	Актёрское мастерство	2				
84.	Специальная физическая подготовка	2				
85.	Пантомима	2				
86.	Концертная деятельность	2				
87.	Репетиционно- постановочная работа	2				
88.	Репетиционно- постановочная работа	2				
89.	Концертная деятельность	2				
90.	Репетиционно- постановочная работа	2				
91.	Концертная деятельность	2				
92.	Актёрское мастерство	2				
93.	Концертная деятельность	2				
94.	Репетиционно- постановочная работа	2				
95.	Пантомима	2	Согласно утвержденного расписания	очная	МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»	Опрос, наблюдение, мониторинг, тестирование <small>(см. приложение 1-2)</small>
96.	Концертная деятельность	2				
97.	Репетиционно- постановочная работа	2				
98.	Концертная деятельность	2				
99.	Репетиционно- постановочная работа	2				
100.	Репетиционно- постановочная работа	2				
101.	Пантомима	2				

102.	Репетиционно- постановочная работа	2				
103.	Репетиционно- постановочная работа	2				
104.	Актёрское мастерство	2				
105.	Концертная деятельность	2				
106.	Пантомима	2				
107.	Итоговое занятие	2				
108.	Итоговое занятие	2				
	<b>ИТОГО</b>	<b>216 часов</b>				

## 2.2 Условия реализации программы

### Материально-техническое оснащение образовательного процесса

Спортивный зал. Хореографические станки. Зеркала.

**Инвентарь и оборудование:** маты, дорожка спортивная, Комната-кладовая для реквизита, музыкальный центр, CD диски и видеокассеты, аудиокассеты, костюмы и обувь для концертных выступлений, видеоаппаратура, видеокассеты.

**Снаряды:** трапеция, кольца для воздушных номеров, канаты, турники, шведская стенка.

**Реквизит для жонглирования:** мячи, булавы, кольца, дьяболо, палочки для дьяболо; тринки (подушки для актипода), “сигары”, круглый пустотелый брус, коробки, бочонок, вращающиеся круги цилиндрической формы, гимнастические обручи.

**Реквизит для акробатики:** трамплин, малый батут, лонжа подвесная, ручная, тросы.

**Реквизит для эквилибристики:** трости, катушки, моноциклы, тугонатянутая проволока, свободнонатянутая проволока.

**Реквизит для фокусов:** шляпы, платки, стаканы, монеты, конверты, бумага, коробки, кубики, костюмы-трансформации

### Информационное обеспечение

- - видео-, фото-, интернет источники, профильная литература

### Кадровое обеспечение

- Педагог дополнительного образования, владеющий навыками работы с ПК

### **2.3. Формы аттестации.**

#### **Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.**

Для отслеживания результатов обучения по программе используются: контрольные задания для отслеживания знаний, умений и навыков (первичная диагностика, текущий контроль и итоговый контроль) ; критерии оценки для отслеживания результатов личностного развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе, диагностическая таблица по отслеживанию результатов личностного развития учащихся. (Приложение № 1).

Успехи учащихся фиксируются грамотами и дипломами на фестивалях, смотрах и конкурсах. К формам аттестации также относятся концертные выступления, а также открытые занятия для родителей (один, два раза в год).

Эффективность учебно-воспитательной работы определяется не только через результаты освоения учащимися программных задач. Не меньшее значение имеют коллективные формы работы: тематические праздники к определенным датам, коллективные творческие дела вместе с родителями; участие в городских, краевых, Всероссийских и Международных фестивалях, конкурсах; экскурсии и поездки в детские оздоровительные лагеря.

**Работа с родителями** занимает большое место при реализации программы. Это объясняется тем, что обучение в коллективе – длительный по времени процесс. Для того чтобы дети могли успешно заниматься, быть полноценными участниками жизни коллектива, необходима заинтересованность и постоянная поддержка их семей. Поэтому задача педагога вовлечь родителей в жизнь коллектива. Родители приводят детей на фестивали, смотры, концерты, совместно с коллективом выезжают на различные конкурсы в городе и за его пределы. Для родителей проводятся собрания, индивидуальные встречи, беседы, открытые занятия, на которых они наглядно могут проследить за успехами своего ребенка. Родители являются постоянными помощниками педагогов на концертах, при изготовлении костюмов.

#### **Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- конкурсы; концерты; фестивали; смотры; открытые занятия
- портфолио педагога и коллектива.
- итоговый контроль (май),
- личный дневник с указанием заданий для освоения, сроки для контроля, отметка педагога;
- журнал учета результатов тренировок и контрольных и зачетных занятий, участия в конкурсах и фестивалях;
- книга достижений по результатам участия в смотрах, конкурсах и фестивалях.

## ФОРМЫ И ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Таблица № 1

Виды контроля	Содержание контроля	Методы контроля	Сроки контроля
Вводный	Уровень физической подготовленности, состояние здоровья	Анкетирование, тестирование, допуск врача, собеседование	Сентябрь 1-5-й год обучения
	Сформированность общепредметных умений	Анкетирование, наблюдение	Октябрь 1-й год обучения
<b>Освоение учебного материала по темам</b>			
Текущий	История развития и терминология циркового искусства	Опрос, проверка знаний в беседе	Октябрь 1-й год обучения
	Гигиена, закаливание, питание и режим	Опрос, проверка знаний в беседе, тестирование	Ноябрь-декабрь 1-5-й год обучения
	Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях	Практические работы, тестирование	Декабрь 1-5-й год обучения
	Общая физическая подготовка (ОФП)	Тестовые испытания	Декабрь-май 1-5-й год
	Жонглирование.	Практическая работа, тестирование, наблюдения, показательные, концертные выступления	Сентябрь-май 1-5-й год обучения 2-5 год 1-5-й год обучения 5-й год
	Скакалка		
	Акробатика		
	Режиссура.		
	Оригинальный жанр		
Хореография Дрессура			
Коррекционный	Коррекция знаний, умений	Повторные тесты, дополнительные упражнения	Сентябрь-май 1-5-й год обучения
Итоговый	Контроль выполнения поставленных задач	Тематические задания, творческие работы, тестирование, показательные, концертные выступления	Май 1-5-й год обучения
	Выбор последующего этапа обучения	Анкетирование, собеседование	Май 1-5-й год обучения

## **2.5. Оценочные материалы**

Перечень (пакет) диагностических методик, позволяющих определить достижения учащимися планируемых результатов.

### **Оценочные материалы.**

1. Контрольные задания для заполнения сводной диагностической таблицы знаний, умений и навыков воспитанников.
2. Критерии оценок для заполнения диагностической карты (методика В.В. Синявского и В.А. Федорошина) по определению коммуникативных и организаторских склонностей (КОС) обучающихся.
3. Пакет методик и тестовых заданий для диагностики личностного развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе.
4. Отслеживание уровня сформированности вокально – слуховых представлений детей проводится с помощью диагностики разработанной руководителем музыкально – хоровой студии г. Тюмени И.А.Леоновой.  
Тест: Мотивация к занятиям модификация (Методики Н.Лускановой анкета); Самооценка «Лесенка»; Моральные нормы «Что такое хорошо и что такое плохо» (Опросник); Тест: Сотрудничество, диалог, договор Методика «Рукавички» Тест. Методика «Выделение существенных признаков»; Умение решать проблемы и задачи (наблюдение) Тест «Целеустремленность и настойчивость в достижении целей; (наблюдение); Умение контролировать процесс и результаты своей деятельности (наблюдение).

Отслеживание развития личностных качеств ребенка проводится с помощью методов наблюдения и опроса (приложение 1,2)

## **2.6 . Методические материалы.**

### **Особенности организации образовательного процесса.**

В процессе реализации программы предполагается очное обучение.

**Методы обучения** - словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, игровой, дискуссионный, проектный и др.) и воспитания (убеждение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.).

**Формы организации образовательного процесса** – групповая.

**Формы организации учебного занятия** – репетиционное занятие, беседа, встреча с интересными людьми, игра, концерт, конкурс, мастер-класс, открытое

занятие, практическое занятие, праздник, семинар, соревнование, тренинг, фестиваль, чемпионат, экскурсия, экспедиция.

### **Педагогические технологии.**

В процессе реализации образовательного процесса педагогом применяются различные образовательные технологии: технология личностно-ориентированного обучения, технология обучения в сотрудничестве, здоровьесберегающие технологии, технология игрового обучения, технология информационного обучения.

#### **Алгоритм традиционного учебного занятия.**

##### ***Подготовительный этап занятия – 5-10 минут.***

Организованный сбор детей в зал.

- Приветствие.
- Разогрев.

##### ***Основная часть занятия – 25-30 минут.***

Повторение пройденного материала. Разучивание нового материала. Сначала педагог исполняет изучаемый элемент, отмечает технические особенности и сложности данной связки. Затем разучивает материал с учащимися.

##### ***Заключительная часть занятия – 3-5 минут.***

Исполняется выученный элемент или связка несколько раз.

- Анализ занятия.
- Прощание.

Выход из класса.

Структура занятия может изменяться в зависимости от поставленных дидактических задач в процессе занятия.

#### **Учебно-методический комплекс педагога включает в себя:**

- образовательную программу
- календарно-тематический план
- рабочую тетрадь педагога (план-конспект каждого занятия)

Дидактический материал к образовательной программе:

- исполнение элементов в схемах
- костюмы
- кроссворды, викторины по данному виду деятельности
- научная и специальная литература
- памятки
- рекомендации воспитанникам и родителям
- видеофильмы
- мультимедийные материалы
- диски с музыкальным материалом



- компьютерные программные средства

### **Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса**

При работе по темам: «Общая физическая подготовка», «Акробатика», «Хореография», «Воздушная гимнастика», «Жонглирование», «Эквилибристика» применяются различные *педагогические методы*:

Наглядные методы (показ). В работе над новым движением показ играет важную роль. Он необходим при освоении технических навыков упражнения в целом.

Словесные методы (объяснения, рассказ, беседа, диспут). Они помогают детям понять методику исполнения движения, привлекают внимание к исправлению допущенных ошибок. Словесные объяснения необходимы при обращении внимания детей на правильное произношение терминов и условных выражений.

Практические методы (воспроизводящие и тренировочные упражнения). Применяются для более точного и выразительного исполнения элементов, упражнений и трюков.

Обучение по темам «Фокусы», «Пантомима», «Клоунада. Эксцентрика», «Основы циркового творчества», «Специфика цирковой драматургии» предполагает использование разнообразных педагогических методов и приемов, направленных на выявление и развитие творческих способностей учащихся. Ведущим из них является *метод пластического моделирования*, применение которого позволяет ребенку раскрыть свой творческий потенциал при самостоятельном создании циркового номера или композиции.

Значительное место в работе над образным решением цирковых представлений занимает *метод художественного перевоплощения*.

При комплексном использовании эти методы способствуют формированию творческой личности и позволяет учащимся достичь высокого профессионального мастерства в области циркового искусства.

### **2.5. Список использованной литературы:**

- 1.Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. 2008 г.
- 2.Баринов В. А. Трюк в цирке. 2005 г.
- 3.Баринов В. А. Художественно-образная структура циркового искусства. 2006 г.
- 4.Баринов В.А. Цирк в эмоциях., ЛКИ 2010 г.
- 5.Барышникова Г. Азбука Хореографии.- С-П.: Люкси, 2000 г.
- 6.Белохвостов Б. Н. Вольтижная акробатика. 2008 г.
- 7.Буренина А.И. Ритмическая мозаика, - СПб, 2000г.

8. Васютин Н.А. Выступают юные гимнасты. - М.: Детская литература, 2009
9. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. - М., 2000
- Гуревич З.Б., О жанрах советского цирка, М., 2007.
- Дмитриев Ю. А. Цирк в России. От истоков до 2000 года. 2001 г
- Кожевников С. Акробатика. 2004 г.
- Конфликт в цирке., В. А. Баринов., Москва., 2009 г.
- Макаров С.М. (Ред.) Театр, эстрада, цирк. 2006
- 15..Макаров.С.М. Театрализация цирка., Либроком., 2010 г.
- 1
- Сиренко И., Воздушные жанры в цирке, М., 2006;
- 1
- Цирковое искусство России: Энциклопедия (сост. Кошкин В.В.,

## С БИБЛИОКОМПАС ДЛЯ ДЕТЕЙ

л

- л. Баринов В.А. Цирк в эмоциях., ЛКИ 2010 г.
- л. Горшкова В. Учимся танцевать. Путь к творчеству. – М, 2003
- л. Гуревич З. О жанрах советского цирка- М.: 2007
- л. Дмитриев Ю. А. Цирк в России. От истоков до 2000 года. 2001 г
- л
- л. Макаров С.М. Театрализация цирка., Либроком., 2010 г.
- л. Никулин Ю./ «Почти серьезно». – М.: АСТ: Зебра Е; Владимир: ВКТ, 2009, с.499, 521.
- л. Шпеер А.Я., Славский Р.Е. «Цирк» маленькая энциклопедия. - М.: Просвещение, 2009

и

## ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ САЙТЫ

н

о

- о. 1. <http://ec-dejavu.ru/c-2/Circus.html>
- о. 2. <http://culturolog.ru>
- о. 3. <http://www.ruscircus.ru>
- о. 4. <http://www.circusnikulin.ru/lang/rus/file/programs/37.html>
- о. 5. <http://news.circuscentre.org/archives/>

н

а

о

щ

и

е

и

т

я

р

е

с

к

и

в

-

**МОНИТОРИНГ  
развития  
творческих способностей  
воспитанников**

Педагогический мониторинг в детских объединениях отдела художественного творчества и исполнительского мастерства проводится по направлениям деятельности отдела и направлен на изучение и фиксацию творческих способностей каждого ребенка, динамику его личностного развития.

**План мониторинга**

- Наблюдение за развитием творческих способностей воспитанников и фиксирование достигаемых результатов.
- Обобщение результатов
- Анализ и оценка достигаемых результатов.

Объектом мониторинга являются музыкальные способности детей в детских объединениях музыкального направления, хореографические способности - в детских объединениях хореографического направления, развитие речевого аппарата, воображения, памяти - в театральных студиях.

Результаты отслеживаются путем проведения первичного, промежуточного и итогового контроля.

**Первичный контрольно – диагностический модуль**

Первичный контроль проводится в октябре  
(по окончанию набора детей в учебные группы)

**Цель** – определение уровня или степени творческих способностей детей в начале цикла обучения.

В ходе проведения диагностики педагог определяет:

- уровень подготовленности детей для данного вида деятельности.
- выбор программы обучения
- формы и методы работы с данными детьми

**Формы проведения** первичной диагностики – тестирование, наблюдение, анкетирование, срезы.

**Промежуточный контрольно – диагностический модуль**

промежуточный контроль проводится в декабре – январе.

**Цель** – подведение промежуточных итогов обучения, оценка успешности продвижения воспитанников.

В ходе проведения диагностики педагог определяет:

- какова оценка успешности выбора технологии и методики
- анализируются результаты обучения на данном этапе

**Формы проведения**, показатели, критерии оценки разрабатывает сам педагог в удобной для него форме.

### **Итоговый контрольно – диагностический модуль**

Итоговая диагностика проводится в апреле – мае.

**Цель** – определение уровня подготовки и уровня развития творческих способностей детей в конце цикла обучения.

**Формы проведения** : открытое занятие, зачет – игра, зачет – викторина, конкурсные программы, спектакль, отчетный концерт, присвоение знаков – звезд определенного достоинства.

Форма оценки результата воспитанника очень важна. Она должна быть конкретна и понятна детям, отражать реальный уровень их подготовки. Главное – побудить воспитанника к сознательному самосовершенствованию, воспитать умение оценивать свои достижения и видеть перспективу развития.

### **Уровни результативности и их характеристики**

**Высокий уровень** – присутствует устойчивый познавательный интерес, отмечается оригинальность и гибкость мышления, богатое воображение, способен к рождению новых идей, легко и быстро увлекается новым делом. Имеет высокие творческие достижения, занимает призовые места в смотрах и конкурсах регионального, всероссийского и международного уровня, показывает высокие результаты контрольных и зачетных работ.

**Средний уровень** – испытывает потребность в получении новых знаний, в открытии для себя новых способов деятельности, решить самостоятельные задания не может, необходима помощь педагога, может придумать интересные идеи, но очень часто не может оценить их и выполнить. Принимает участие в конкурсах, смотрах, фестивалях районного уровня.

**Выше среднего** – проявляет стремление к познанию нового, но не всегда. Может проявлять активность в эмоционально – выразительной форме, однако четко выразить эмоции, в виде проникновения в образ, не может. Музыкально – ритмическими навыками владеет на среднем уровне. Умеет точно и уверенно выполнять задания педагога, однако сложные комбинации заданий требуют помощи педагога. Принимает участие в конкурсах, смотрах, фестивалях районного уровня. Результаты контрольных срезов средние.

**Ниже среднего** – интерес к творческой деятельности проявляет, но он носит характер «всплеска». Предлагаемые творческие задания выполняет, но большого интереса не проявляет. Воображение развито слабо, но фантазировать умеет, при условии поддержки педагога и сверстников. Радости открытия не испытывает, нет эмоционального отклика на успех, радость коллектива. Участие в конкурсах эпизодическое. Результаты контрольных срезов низкие.

**Низкий уровень** – интереса к творчеству не проявляет, не испытывает радости открытия, отсутствует гибкость мышления, воображения, нет навыков

самостоятельного решения проблем, не проявляет интерес к демонстрации результатов деятельности, уровень контрольных зачетов низкий.

Принята следующая система отражения уровней развития творческих способностей детей, при обобщении результатов. Педагоги хореографического направления выставляют баллы.

высокий уровень – 9 -10 баллов

средний уровень – 5-6 баллов

выше среднего –7-8 баллов

ниже среднего – 3-4 балла

низкий уровень -1-2 балла

### Итоги мониторинга

На основе сравнительного анализа констатирующей и контрольной части диагностики были получены данные, которые анализируются на совещании отдела и делается вывод о целесообразности и эффективности проведения данного мониторинга.

Таким образом, на начало и конец учебного года в отделе имеются общие показатели развития творческих способностей детей по каждому году обучения, в каждой группе, выраженные в процентном соотношении и представленные в виде таблицы и круговой диаграммы в цветном изображении. Все это позволяет педагогу вносить коррективы в программу, формы и методы обучения воспитанников.

Данная диагностика также позволяет отметить рост психологического и творческого развития детей (независимо от первичного уровня подготовки). У воспитанников формируется адекватная оценка собственных достижений, появляется стремление к совершенствованию и видению перспективы.

### Контрольный срез знаний, навыков, умений воспитанников \_\_\_\_\_ год обучения (итоговый)

№	Ф.И. воспитанника	Развитие пластических способностей						Усвоение учебного материала					Концертная деятельность
		Чувств	пластичность	Хореограф	Исполнитель	Выно	Владение	Владение	Владение	Знание	Владение	Продуктивность деятельности	

												ДДТ	Округ, город край	Страна

Уровни оценки:

- высокий (проявляется ярко) – 9-10 баллов
- средний - 5-6 баллов
- выше среднего - 7-8 баллов
- ниже среднего - 3-4 балла
- низкий - 1 балл

## Приложение № 2

### ДИАГНОСТИКА ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ВОСПИТАННИКОВ

Проведение педагогом систематического контроля за выполнением воспитанниками содержания программного обеспечения позволяет качественно улучшить уровень преподавания, организации занятий, сформировать у детей чувство ответственности за качество своей деятельности. Результаты различных методов тестирования позволяют своевременно вносить коррективы в содержание и организацию учебного процесса, служат основанием для поощрения воспитанников, дифференцированно подходить к развитию творческих способностей детей, их самостоятельности и инициативы, креативного мышления.

Для отслеживания результативности выполнения программного материала предполагаются различные виды диагностик:

- вводная (констатирующая) – проводится в начале учебного года для выявления у воспитанников состояния здоровья, уровня физической подготовленности, мотивации к занятиям, социально-психологической комфортности;
- текущая – проводится на различных этапах обучения для оценки степени освоения программного материала, состояния физического развития и физической подготовленности;
- итоговая – проводится в конце учебного года для определения динамики личностного роста воспитанников (теоретические и практические знания, умения по пройденному курсу, физическое развитие, изменения психических процессов).

#### Содержание и методика тестирования.

##### Физические качества

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (сила).

В зависимости от физической подготовленности воспитанники выполняют тест в положение из упора от гимнастической скамейки или из положения упора на коленях.

2. Поднимание туловища (сила).

Из положения лёжа на спине, руки за головой, ноги закреплены, поднимание туловища в течение одной минуты, касаясь локтями коленей.

3. Наклон туловища (гибкость)

Из положения сидя на полу, тестируемый не сгибая ног, наклоняется вперёд и тянется руками как можно ниже.

4. Прыжки вверх (сила).

Из положения, в течении одной минуты воспитанники выпрыгивают в верх, как можно выше, производя хлопок над головой.

**ТЕСТОВЫЕ ИСПЫТАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У ДЕТЕЙ.**

№ п/п	Наименование теста	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4-5 год обучения
1.	Сгибание и разгибания рук в упоре лёжа (количество раз) (сила)	6-8	10-12	15-20	20-25
2.	Поднимание туловища (количество раз) (пресс)	30	38	50	60
3.	Наклоны туловища (см.) (гибкость)	8	12	15-17	20
	ИТОГ	5-6 баллов	7-8 баллов	9 баллов	10 баллов

**КОНТРОЛЬНО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СРЕЗЫ**

**Приобретённые навыки по технике выполнения элементов по жанрам:**

№ п/п	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4-5 год обучения
1. Жонглирование	1-2 мяча	2-3 мяча	3-4 мячей	4-5 мячей
	1-2 кольца	2-3 кольца	3- колец	4 кольца
	1 булава	2 булавы	3 булавы	4 булавы
2. Оригинальный жанр	1 хула-хуп в различных вариантах вращения	2-3 хула-хупа 4 разновидности вращения	5 хула-хупа 4 разновидности вращения	6 хула-хупа 4 разновидности вращения

**УРОВНИ ОЦЕНКИ:**

1-й год обучения

5 БАЛОВ – 7-8 вариантов вращения хула-хуп.

3 БАЛА – 6 вариантов вращения хула-хуп.

2 БАЛА – до 3-х вариантов вращения хула-хуп.

2-й год обучения.

5 БАЛЛОВ – высокий с 2-3-мя хула-хуп.  
3 БАЛА – средний – вращение 2-х хула-хуп.  
2 БАЛА - низкий – вращение 1-2 хула-хуп.

3-й год обучения.

5 БАЛЛОВ – высокий с 4-5 хула-хуп.  
3 БАЛА – средний – вращение 3-х хула-хуп.  
2 БАЛА - низкий – вращение 2 хула-хуп

4-5 - й год обучения

5 баллов – высокий 6-7 хула-хуп.  
3 БАЛА – средний – вращение 4-5х хула-хуп.  
2 БАЛА - низкий – вращение 2 -3 хула-хуп