

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУДО  
«Дом детского творчества»

Ф.В. Аникеев-Борн  
«28» августа 2024 г.



Рассмотрена  
на методическом совете  
Протокол №4  
от «28» августа 2024 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Основы циркового искусства. Первые шаги»**

Ознакомительный уровень

**Адресат программы:** обучающиеся 5-6 лет  
**Срок реализации:** 1 год  
**Направленность:** художественная

**Разработчик программы:**  
Нечаева Наталья Павловна,  
Педагог дополнительного образования

г. Усолье-Сибирское, 2024 г.

## **Содержание программы**

### **1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы**

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2 Цель, задачи программы
- 1.3 Содержание программы. Учебный план
- 1.4 Содержание учебно-тематического плана
- 1.5 Планируемые результаты освоения программы

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

- 2.1 Календарный учебный график
- 2.2 Условия реализации программы
- 2.3 Формы аттестации
- 2.4 Оценочные материалы
- 2.5 Методические материалы
- 2.6 Список литературы

## **1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа **«Основы циркового искусства. Первые шаги»** разработана с учетом требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (глава 10, статья 75), «Конвенции о правах ребёнка», в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам, утвержденным приказом Минобрнауки России (от 09.11.2018 г. № 196), Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, (включая разноуровневые программы) Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242, Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14, методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области от 2016 года, положением «О порядке разработки и реализации дополнительной общеразвивающей программы Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества», Уставом Учреждения.

Дополнительная общеразвивающая программа **«Основы циркового искусства. Первые шаги»** носит художественную направленность.

**Уровень реализации программы** – ознакомительный, программа нацелена на начальное обучение основам циркового искусства обучающихся дошкольного возраста.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена важностью художественного образования на ранних этапах развития ребёнка. Её реализация направлена на развитие художественных способностей, формирования эстетического вкуса, она улучшает физическое развитие и эмоциональное состояние обучающихся.

**Актуальность** программы обусловлено ее направленностью на начальное развитие гимнастических и акробатических способностей обучающихся дошкольного возраста, а также на их адаптацию и подготовку к последующему обучению в составе циркового объединения «Раус».

**Отличительной особенностью** программы является комплексный подход к цирковой подготовке дошкольников. Программа составлена посредством интеграции различных направлений: ритмика, музыкальная грамота, партерная гимнастика, акробатика пластика и сценическое движение.

**Новизной** общеразвивающей программы «Основы циркового искусства. Первые шаги» является активное использование игровых методов в комплексной цирковой подготовке дошкольников. Игровой материал подобран к каждому разделу и включает разные виды деятельности: музыкально-ритмической игры, игровые этюды, пальчиковую гимнастику, элементы импровизации, гимнастику с изображением животных.

#### **Наполняемость учебных групп.**

Предложенная программа предполагает работу с обучающимися, не основываясь на наличии у них специальных физических данных, также она предполагает воспитание цирковой культуры у обучающихся и возможность привить им начальные навыки циркового искусства. В подготовительную группу коллектива принимаются обучающиеся без конкурсного отбора, но имеющие при себе медицинскую справку об отсутствии противопоказаний к цирковым занятиям. Форма занятий является групповой, с составом 18-25 человек.

Программа учитывает возрастные особенности обучающихся дошкольного возраста (5-6 лет) и предполагает 1 год начального обучения. Затем обучающиеся переходят в концертный состав циркового объединения «Раус» и продолжают обучение согласно дополнительной общеразвивающей программы «Основы циркового искусства» (базовый, продвинутый уровень).

#### **Режим занятий:**

<b>Год обучения</b>	<b>Возраст детей</b>	<b>Количество часов в неделю/ количество часов в год</b>	<b>Дисциплины Продолжительность занятий</b>
1 год обучения	5 -6 лет	2 ч/ 72ч	2 раза в неделю по 1 занятию, 30 минут – 1 занятие

**Объем программы:** 72 часа - для первого года обучения.

**Форма обучения** по программе очная.

Занятия ведутся на базе муниципального учреждения дополнительного образования детей «Дом детского творчества» г. Усолье-Сибирское.

## **1.2. Цель, задачи программы**

**Цель программы:** приобщить обучающихся к миру циркового искусства, выявить и развить их творческие способности на начальном этапе.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- научить двигаться в ритм музыки, в соответствии с ее характером;
- обучить элементарным гимнастическим и акробатическим навыкам;
- сформировать начальные навыки циркового искусства;

**Развивающие:**

- развивать координацию движения;
- развивать внимание, память и выдержку;
- развивать творческие способности обучающихся и музыкальные, учитывая особенности, возможности и способности обучающихся, путем приобщения их к музыкально-гимнастическим движениям;

**Воспитательные:**

- вызвать интерес к искусству цирка;
- воспитать музыкальную культуру;
- способствовать развитию тела и души обучающегося в гармонии;
- прививать привычку соблюдения личной гигиены;
- воспитывать уважительное отношение к членам коллектива и его педагогам.

Для достижения цели и реализации задач программы определены следующие разделы комплексного занятия:

- «Ритмика и музыкальная грамота»
- «Основы партерной гимнастики»
- «Веселая гимнастика» (гимнастические этюды на различные образы)
- «Акробатика для самых маленьких»
- «Веселая игра»

**1.3 Содержание программы. Учебный план**

Возраст детей 5-6 лет - 2 занятия в неделю по 30 минут. Занятие (включает ритмику, основы музыкальной грамоты, начальный курс подготовки к основам циркового искусства, партерную гимнастику, музыкально-танцевальные игры, гимнастические этюды и т.д.)

Наименование раздела	Всего часов 72ч	В том числе		Формы текущего контроля/ промежуточная аттестация
		теория 2ч	практика 70ч	
1. Вводное занятие "Путешествие в страну цирка»	1	1	-	<i>собеседование</i>
2. Техника безопасности	1	1	-	<i>коллективное обсуждение</i>

3. Ритмика и музыкальная грамота (элементы музыкальной грамоты и передача их в движении; ритмические разминки на развитие групп мышц и подвижности суставов; гимнастические движения; упражнения и этюды на развитие ориентации в пространстве)	15	-	15	<i>педагогическое наблюдение, анализ выполнения упражнений</i>
4. Основы партерной гимнастики (основные упражнения партерной гимнастики; образно-игровая партерная гимнастика)	15	-	15	<i>педагогическое наблюдение, анализ практических показов</i>
5. «гимнастика-лесные зверюшки» (освоение гимнастических упражнений на основе детской гимнастики)	20		20	<i>фронтальный просмотр, анализ творческих практических показов</i>
6. «Акробатика для самых маленьких» (основы циркового искусства)	8	-	8	<i>педагогическое наблюдение</i>
7. «Веселая игра» (музыкально-гимнастические игры, импровизации, этюды и игры на развитие актёрской выразительности)	10	-	10	<i>анализ практической работы</i>
8. Промежуточная аттестация.	2	-	2	<i>Отчетный концерт для родителей «Наши успехи» (в конце второго полугодия)</i>

## 1.4 Содержание учебно-тематического плана

### 1. Вводное занятие.

Знакомство с коллективом обучающихся. Введение в образовательную программу «Основы циркового искусства. Первые шаги». Заполнение родителями карт со сведениями об обучающихся.

«Путешествие в страну цирка» - ознакомление обучающихся с понятием «цирк» посредством видеоматериалов и иллюстраций, просмотр видеоролика; знакомства с цирковыми жанрами.

Построение в зале. Занятия начинаются с разминки на все группы мышц.

## **2. Техника безопасности.**

Ознакомление обучающихся с распорядком МБУДО «Дом детского творчества» и правилами поведения в танцевальном зале и сообщение необходимых основ техники безопасности.

## **3. Ритмика и музыкальная грамота.**

Теория: изучение характера, темпа и ритма музыки; построение и перестроение в колонны, линии; во втором полугодии – знакомство со сценой. Понятия правая и левая рука, правая и левая сторона.

### Практика:

1. Применение специализированных упражнений на развитие: музыкальности, ритмичности, согласование музыки и гимнастических упражнений.

2. Упражнения и этюды на закрепление темы «Правая и левая рука, сторона» (этюды «Правая, левая, раз, два, три»)

3. Формирование начальных навыков координации во время различных видах гимнастических шагов, а также прыжков и бега:

- шаги: шаг с носка; шаг с подъемом бедра на 90 градусов; шаги на полупальцах; приставной шаг в сторону; переменный шаг.

- виды бега: перескоки; бег с отбрасыванием ног назад; бег с выбрасыванием ног вперед (ножницы); подскоки в продвижении, на месте; боковой галоп.

- упражнения на освоение навыков ориентации в пространстве (игра «Болото», «Полоса препятствий» - преодоление простых препятствий с помощью различных двигательных упражнений в разных направлениях по намеченным ориентирам)

4. Разминка по кругу и на середине зала с применением образных танцевальных миниатюр:

- "Гибкая змейка"

- "Прогулка по полям» (шаги с носка, на полупальцах, на пятках, шаг с высоким подниманием колен);

- Разминочные этюды на ускорение.

5. Разминочные упражнения на все группы мышц.

- упражнения для улучшения гибкости шеи: подъем и опускание головы вперед и назад, в стороны, круговые движения, повороты головы.
  - упражнения на развитие эластичности плечевого пояса, подвижности плечевых и локтевых суставов: подъем и опускание, круговые движения плеч; сгибание, разгибание, подъем и опускание; круговые движения рук с работой кистей рук;
  - упражнения для развития эластичности мышц кистей и предплечья;
  - упражнения для подвижности суставов позвоночника, исправление недостатков в осанке: наклоны, повороты, круговые движения корпуса;
  - упражнения для растяжки мышц ног: сгибание и разгибание ног в коленях; высокий подъем колен;
6. Прыжки на середине зала на месте, прыжок с поворотом вправо, прыжок с поворотом влево;

#### **4.Элементы партерной гимнастики.**

1. Элементы партерной гимнастики для развития тела ребёнка, развития гибкости, пластичности, растяжки:

Теория: Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

- упражнения для развития подвижности и эластичности стоп («горка», этюд «вагончики в гараже», «цепкие пальчики», «тупой острый», игра «Возьми предмет с пола»);
- упражнения для формирования выворотности стоп («паучок»);
- упражнения для формирования правильной осанки. («куколки», «разбойники»);
- упражнения для подвижности мышц тазобедренного и коленных суставов («неваляшки», «рисует картину», «убегаем от волка», «бабочка»);
- упражнения для развития и укрепления мышц спины. («складочка», «ракета-самолёт», упражнение «березка», упражнение «орешек», «лодочка», «ласточка»; «коробочка», «корзиночка», «колечко», упражнение «волна» - первоначальное проучивание, подготовка к «мостику» (из положения лежа на спине);

2.Партерная гимнастика со стихами:

«Буратино потянулся», «Сундучок охраняет паучок», «Мишки косолапые».

#### **5. «Лесные зверюшки»**

Освоение элементарных цирковых навыков на основе детской гимнастики и акробатике. Гимнастические этюды (обучающиеся изображают лесных зверюшек, которых называет педагог. Например, рысь как ходит (плавно, на



носочках), змейка – как изворачивается (стоя на ногах делают волну телом, руками), зайчик – как прыгает и т.д.

## **6. «Акробатика для самых маленьких»**

Теория: Цирковой словарь: рассказ о значении гимнастических упражнений в развитии ребёнка. Что такое «акробатика»?

Практика:

Кувырок вперед, стойка на голове у стены.

Первоначальные упражнения для укрепления мышц шеи и спины.

## **7. «Веселая игра»**

Музыкально-танцевальные игры, импровизации, этюды и игры на развитие актёрской выразительности.

1. Музыкально-танцевальные игры («кто быстрее» (на перестроение фигур); «цветочек» (на закрепление исходного положения); «грибники» (на быстроту реакции); «море волнуется раз...» (на умение создать образ); «весёлый мяч»;

2. Игры на активизацию и развитие актёрской выразительности («весёлый огород», «зеркало», «волшебный сундучок»; «настроение» (времена года); игра «улыбнулись, нахмурились»; «зеркало»; «комната смеха», «комната страха»; «передай эмоцию»).

## **8. Итоговые занятия.**

Проведение итоговых занятий по программе «Основы циркового искусства. Первые шаги» предполагается два раза в год.

В конце первого полугодия проводится открытое занятие с присутствием родителей «Что узнали, чему научились» с элементами игровой программы, демонстрация начальных знаний и умений обучающихся

Во втором полугодии проводится открытое итоговое занятие «Наши успехи» и обязательное участие обучающихся в ежегодном отчетном концерте циркового объединения «Раус», предполагающие демонстрацию основных умений обучающихся.

### **1.5 Планируемые результаты освоения программы**

По завершении освоения 1 года программы обучающиеся должны **знать:**

- правила техники безопасности;
- основные представления о цирке;
- терминологию циркового искусства;

**уметь:**

- различать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- различать цирковую терминологию изученных движений;
- начинать и завершать движение вместе с музыкой;

- пластически передавать созданный музыкальный образ, с использованием выученных видов движений;
- применять знакомые движения в процессе игровых ситуаций и под другую музыку;
- владеть корпусом при исполнении движений;
- свободно ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- корректировать свою деятельность на основании замечаний педагога и в соответствии с его заданиями;
- владеть собственным исполнением во взаимодействии с коллективом;
- самостоятельно выполнять ранее изученные танцевальные элементы.

## 2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Раздел программы	Месяцы									Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	
Водное занятие. Техника безопасности	2	.	.	.	.	.	.	.	.	<i>Собеседование</i>
Раздел 1. Ритмика и музыкальная грамота	2	2	2	2	1	2	2	1	<b>1</b>	<i>Практические показы Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы</i>
Раздел 2. Элементы партерной гимнастики	2	2	2	2	1	1	2	2	1	<i>Практические показы Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы</i>
Раздел 3. «гимнастика Лесные	.	2	3	2	3	2	2	3	3	<i>Творческие практические показы Анализ исполнения</i>

зверюшки»										<i>этюдов</i>
Раздел 4. «акробатика для самых маленьких»	-	-	-	-	-	2	2	2	2	<i>Педагогическое наблюдение Коллективные обсуждение</i>
Раздел 5. «Весёлая игра»	2	2	1	1	1	1	1	1	-	<i>Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы</i>
Промежуточ ная аттестация	-	-	-	1	-	-	-	-	1	<i>Открытое занятие для родителей. Диагностика цирковых способностей.</i>
<b>Итого:</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>72</b>

## 2.2. Условия реализации программы

Для успешной реализации разработанной программы необходимы:

- просторный, хорошо освещенный зал;
- раздевалка для обучающихся;
- наличие специальной гимнастической формы (купальник, лосины, балетные тапочки);
- наличие гимнастических ковриков и матрасов;
- наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем, мультимедийное оборудование для изучения теоретического материала;
- наличие музыкальной фонотеки;
- наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

## 2.3. Формы аттестации

С момента зачисления обучающегося в объединение систематически проводится педагогический мониторинг, направленный на выявление уровня обучения и развития, формирования цирковых способностей, определения задач индивидуального развития:

- первичная диагностика;
- промежуточный контроль;
- промежуточная аттестация.

Результаты освоения данной программы диагностируются путем наблюдения педагога за удачами и трудностями обучающихся в процессе как обычных, так и контрольных занятий и на концертных выступлениях. Результаты проведения педагогического мониторинга фиксируются в таблице согласно уровням: высокий, средний, низкий.

Вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Осуществление текущего контроля теоретических знаний, практических навыков и умений происходит в течение каждого занятия средствами: беседы, опроса и наблюдения педагога за практической деятельностью, просмотры и контрольные упражнения, оценка педагогом выполненной работы обучающимися. Уровень умений и навыков проверяется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения. Важным видом текущего контроля является контроль техники исполнения движений, который проводит педагог совместно с воспитанниками в процессе занятий.

Промежуточный контроль проводится один раз в год (декабрь) в форме открытого занятия для родителей «Что узнали, чему научились».

Промежуточная аттестация осуществляется в конце учебного года. Формы – открытое занятие «класс-концерт» по партерной гимнастике «Наши успехи» для родителей; участие в концертной программе.

## 2.4. Оценочные материалы

**Таблица оценочной диагностики способностей обучающихся на начальном этапе**

<i><b>ФИ обучающегося</b></i>	<i><b>дата</b></i>	<i><b>Координация движений</b></i>	<i><b>Эмоциональное восприятие</b></i>	<i><b>Чувство ритма</b></i>	<i><b>Гибкость</b></i>
	первичная диагностика				
	Промежуточный контроль				
	Промежуточная аттестация				

### **Критерии оценки по параметрам диагностики:**

#### **1. Координация движений.**

Высокий уровень оценки – обучающийся хорошо умеет согласовывать движения различных частей тела, может точно повторить движения за педагогом.

Средний уровень оценки – не всегда присутствует точность движений.

Низкий уровень оценки – обучающийся не может согласовывать движения нескольких частей тела, повторения движений за педагогом слабые, не точные.

## **2. Эмоциональное восприятие.**

Высокий уровень оценки – обучающийся отзывчив, ярко реагирует на музыку.

Средний уровень оценки – реагирует, но не очень ярко самовыражается под музыку.

Низкий уровень оценки – не реагирует на музыку, эмоционально не отзывчив.

## **3. Чувство музыкального ритма.**

Высокий уровень оценки – выполняемые гимнастические движения обучающимся соответствуют ритму музыки.

Средний уровень оценки – выполняемые гимнастические движения периодически соответствуют ритму музыки.

Низкий уровень оценки – движения не соответствуют ритму музыки.

## **4. Гибкость.**

*Высокий уровень* – в полном объеме выполняет все упражнения партерной гимнастики и акробатики.

*Средний уровень* – выполняет большинство упражнений партерной гимнастики и акробатики.

*Низкий уровень* – слабое выполнение упражнений партерной гимнастики и акробатики.

## **2.5. Методические материалы**

### **Методические рекомендации по построению занятия**

Занятия в группах проводятся не более 30 минут, выстраивая в такой последовательности:

- Организационный вход в зал (марш, различные виды шагов и бега)
- Разминочные упражнения
- Элементы партерной гимнастики. Развивающая гимнастика (в форме игры или сказки)
- Гимнастическая или акробатическая часть занятия
- Игровые элементы
- Построение. Организованный выход из зала.

**Формы организации занятия:** практическое занятие, открытое занятие для родителей, репетиция, концертная деятельность («Новогоднее чудо», «Посмотри, как я могу» - внутренние конкурсы объединения, отчетный концерт объединения).

Помимо этого, образовательный процесс построен на основе важнейших педагогических принципов:

- систематичность и регулярность занятий;

- последовательность овладения материалом. В процессе обучения в цирковом коллективе важную роль играют творческие связи педагогов, междисциплинарная интеграция. Нельзя допускать, чтобы один предмет значительно опережал в прохождении материала другой;

- последовательное и постепенное развитие профессиональных данных обучающихся, а также систематическое увеличения физической нагрузки и сложности техники «от простого к сложному»;

- целенаправленность учебного процесса.

Методы работы: словесный, наглядный, практический; репродуктивный, поисковый; создание ситуации успеха; поощрение; контроль.

Приёмы работы: показ, объяснение, сравнение, повторение.

## **2.6. Список литературы**

1. Андерсон Боб. Растяжка для поддержания гибкости мышц и суставов. – М: 2007

2. Баринов В.А. Художественно- образная структура циркового искусства. – М: МГУКИ, 2005

3. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М., Тандем, 1998

4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие. - Ярославль, Академия развития, 1996