

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»

Базовый уровень

**Адресат программы:** обучающиеся 8-11 лет

**Срок реализации:** 1 год

**Направленность:** художественная

**Разработчик программы:**

Нечаева Наталья Павловна,

Педагог дополнительного образования

## **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» (базовый уровень)** 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» (базовый уровень)** носит *художественную направленность*.

**Уровень реализации программы** – базовый.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что используемые формы, методы и средства в ходе образовательного процесса значительно расширяют кругозор обучающихся, позволяя обучающимся путем систематических занятий в цирковой студии приобрести навыки работы с предметами (реквизитом), укрепить свое физическое здоровье, развить музыкальные данные (чувство ритма, слуха), а также удовлетворить свою потребность в общении, самоутверждении и самовыражении. Этот момент является особенно привлекательным для детей и подростков, т.к. выраженное стремление к общению, стремление утвердить свою самостоятельность и независимость, понять свою уникальность и почувствовать значимость - являются специфическими чертами этого возраста. Занятия цирковым искусством позволяют осуществить стремление обучающихся к достижению красоты и способности владения своим телом в совершенстве. Постоянные тренировки позволяют укрепить здоровье ребенка, научить его правильно распределять нагрузку во время физических упражнений, координировать свои движения, воспитывают волю, терпение и

трудолюбие. Занятия в коллективе способствуют нравственному росту ребенка, культуре и этике отношений в коллективе, развитию творческих, артистических и сценических способностей. Содержание программы позволяет педагогу проводить обучение с учётом возрастных особенностей и физических способностей ребят, постоянно диагностируя и отслеживая полученные результаты обучающихся

**Актуальность программы** заключается в том, что обучающимся в цирковом объединении предлагается оптимальная физическая нагрузка, которая способствует психологическому здоровью личности, помогает эмоционально «разрядиться», то есть избавиться от стресса, накопленного в течение дня. В современных условиях резко снижается двигательная активность, а детям для нормального роста и развития требуется от 4 до 6 часов энергичной физической активности. Регулярное выполнение физических упражнений даёт заряд энергии и улучшает настроение, что способствует увеличению работоспособности. Применение полученных знаний, умений и навыков данного вида творчества в повседневной деятельности мотивирует детей и подростков на создание индивидуального творческого продукта (номера). Используемые формы, методы и средства, в ходе образовательного процесса, значительно расширяют кругозор обучающихся и подростков.

**Отличительные особенности программы** проявляются в том, что она направлена не только на развитие у обучающихся мотивации к двигательной активности и совершенствование физических показателей, но и на развитие качеств личности (общительности, эмоциональной устойчивости, самостоятельности, смелости, уверенности в себе, высокого самоконтроля, адекватной самооценки), а также на формирование позитивных норм поведения и основ коммуникативной культуры. Программа даёт возможность обучающимся проявить себя как личность и раскрыть свой внутренний мир.

**Новизной программы** «Основы циркового искусства» (базовый уровень) является то, что обучение цирковому искусству построено на комплексном освоении различных видов творчества и спорта. Также обучающиеся изучают специфику современного циркового искусства, синтез актерской игры и танца, музыки, акробатики, пантомимы, клоунады и трюковые элементы, осваивают методику и овладевают приёмами создания циркового номера; формируют практические навыки постановочной и репетиционной работы.

**Наполняемость учебных групп** составляет 15-20 обучающихся.

**Режим занятий:** 6 часов (занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа).

Продолжительность одного занятия - 2 академических часа: 45 мин. + 45 мин. с перерывом между ними -10 минут.

**Объем программы:** 216 часов.

**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 культуры цирка через создание и постановку цирковых номеров.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- познакомить обучающихся с теоретическими основами цирковой культуры, основными цирковыми жанрами;
- познакомить с основами актёрского мастерства, классического танца и научить ритмично двигаться под музыку;
- обучить основным элементам акробатики;
- научить основным цирковыми терминами и правилам техники безопасности при выполнении отдельных трюков и упражнений;
- научить обучающихся ставить цель и решать творческие задачи в процессе работы над индивидуальными и коллективными проектами.

**Развивающие:**

- способствовать развитию исполнительских качеств – артистизма и эмоциональности;
- развивать способности анализировать свою деятельность. приобщить к здоровому образу жизни и укрепить у обучающихся физическое здоровье (развитие координации, правильной осанки, пластики, выносливости).
- формировать у обучающихся уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;
- развить умение работать в команде, способность к совместной творческой деятельности, сформировать умение ставить цели и достигать их.

**Воспитательные:**

- воспитывать смелость, решимость, активность, целеустремлённость, настойчивость, упорство, выдержку, терпение и волю, а также трудолюбие, аккуратность, усидчивость и умение довести начатое дело до конца;
- воспитать эстетический вкус, культуру общения с окружающими и культуру поведения на сцене во время выступления;
- воспитать уважительное отношение к традициям коллектива;
- воспитать художественный вкус, умение гармонично сочетать свой образ и стиль с творческим номером.

### 1.3 Содержание программы. Учебный план

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Форма итоговой (промежуточной) аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Гимнастика	45	2	43	Практические показы Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы
2.	Акробатика	45	2	43	Практические показы Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы
3.	Жонглирование	40	4	36	Практические показы Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы
4.	Эквилибристика	46	2	44	Практические показы Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы
5.	Хореография	40	-	40	Практические показы Педагогическое наблюдение Анализ проделанной работы
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>10</b>	<b>206</b>	

### 1.4 Содержание учебно-тематического плана

Программа состоит из следующих разделов:

1. Гимнастика
2. Акробатика
3. Жонглирование
4. Эквилибристика
5. Хореография

Подобное содержание опосредуется структурой функциональной подготовки обучающегося циркового объединения.

#### Тема 1. Гимнастика

Шпагаты (правый, левый, поперечный), растягивание мышц спины.

*Знания и умения:*

Сидеть на шпагате (правый, левый, поперечный)

Делать мостик, подъём с моста.

Переворот вперёд, назад, складка, на одной руке.

Боковое, заднее равновесие на правую и левую ногу.

## **Тема 2. Акробатика**

Кувырок (вперёд, назад, в сторону)

Прыжки на скакалке

*Знания и умения:*

Кувырки (вперёд, назад, в сторону). Прыжки на скакалке.

Кувырки (вперёд, назад) с выходом в стойку. Колесо.

Рондад, фляг.

## **Тема 3. Жонглирование.**

Учебная стойка. Перебрасывание 1,2,3 мячей, колец, булав. Подъём обруча с пола, упражнения с обручами.

*Знания и умения:*

Жонглировать тремя мячами, кольцами, булавами. Подъём обруча с пола, упражнения с обручами.

Подъём обруча по телу.

Вращение двумя обручами на руках, боковые вращения, восьмёрка.

Разбивание трёх обручей по телу. Вращение обручей на руках по два на каждой (один вперёд, другой назад). Парное жонглирование. Каскад.

## **Тема 4. эквилибристика**

Стойка на голове. Стойка на локтях. Стойка на руках с добавлением шпагатов (правый, левый, поперечный). Спидчак (стойка на руках в «разножку»). Стойка на руках с добавлением шпагатов (правый, левый, поперечный)

## **Тема 5. Хореография**

Упражнения для развития умения детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.

Построение музыкальной фразы, характер счета.

Постановка корпуса, головы, рук, ног.

Позиции ног, позиция рук.

Упражнение на пальцах.

Постановочная работа, этюды, пантомима.

## 1.5 Планируемые результаты программы

*Обучающиеся будут знать:*

- ✓ правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ✓ жанры циркового искусства.

*Будут уметь:*

- ✓ выполнять элементы акробатики, хула-хуп, каучук;
- ✓ выполнять следующие упражнения: прыжки на скакалке, кувырки, отжимания, мостик, подтягивания, «Ласточка», шпагаты, выход в стойку на голове;
- ✓ пользоваться терминологией изучаемых элементов.

*У обучающихся будут развиты:*

- ✓ крупная моторика; подвижность, выносливость;
- ✓ навыки координации;
- ✓ навыки самоконтроля и самооценки при выполнении физических упражнений;
- ✓ правильная осанка.

*У обучающихся будут сформированы следующие качества:*

- ✓ доброжелательное отношение со сверстниками в совместной творческой деятельности;
- ✓ трудолюбие и сила воли;
- ✓ волевые качества, умения преодолевать трудности при выполнении физических упражнений;
- ✓ ценностное отношение к цирковому искусству.

## 2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09	31.05	36	216	3 раза в неделю по 2 часа

### 2.2 Условия реализации программы

Реализация программы требует наличия специально оборудованного кабинета

*Оборудование кабинета:*

- программа объединения;
- учебная литература;

*Материально-техническое оснащение:*

1. Скамейка- 2 шт



2. Маты гимнастические – 10 шт
3. Скакалки – 30 шт
4. Обручи - 60 шт
5. Шведская стенка – 1 шт
6. Турник – 1 шт
7. Гимнастические коврики - 30 шт
8. Флеш-накопитель с музыкальным материалом – 2 шт
9. Костюмы - 100 шт
10. Реквизит для жонглирования (мячи, булавы, кольцо) – 20 шт

*Технические средства обучения:*

Компьютер;

Мультимедийное оборудование

### **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.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце учебного года. Форма – контрольное занятие, участие в концертной программе.

## 2.4. Оценочные материалы

Таблица оценочной диагностики способностей обучающихся

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

### Критерии оценки по параметрам диагностики:

#### 1. Координация движений.

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

*Средний уровень* – не всегда присутствует точность движений.

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

#### 2. Эмоциональное восприятие.

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

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

*Низкий уровень* – не реагирует на музыку, эмоционально неотзывчив.

#### 3. Чувство музыкального ритма.

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

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

*Низкий уровень* – 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

### *I. Дидактические материалы:*

Схемы и плакаты освоения технических приемов акробатики.

Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»

### *II. Методические рекомендации:*

Рекомендации по организации подвижных игр с мячом и скакалкой.

Инструкции по охране труда.

Для реализации программы объединения «Основы циркового искусства» используются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический, игровой, метод творческих заданий, информационно-коммуникативный.

*Словесный метод* – используется при беседе, рассказе, объяснение нового материала.

*Информационно – коммуникативный* (просмотр презентации), поиск информации и просмотр выступлений в интернете.

*Наглядный метод* - демонстрация, показ упражнений, движений педагогом и детьми, а также показ видеоматериала, диафильмы, учебные и другие фильмы.

*Практический метод* - (упражнения, практическая работа, практическое задание).

*Игровой метод* – проведение и организация игр с детьми.

Дополнительная общеразвивающая программа построена по принципу от простого к сложному, то есть освоение элементов и трюков каждого жанра обусловлено физическими и психологическими особенностями обучающимся.

## 2.6 Список литературы

### *для педагога*

1. Винер И. А. Физическая культура. Гимнастика, 1 – 4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. В 1ч. И. А. Винер, И. М. Горбулина, О. Д. Цыганкова; под ред. И. А. Винер. – М. Просвещение, 2011
2. Винер И. А. Физическая культура. Гимнастика. 1 – 4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. В 2ч./И. А. Винер. – М. Просвещение, 2011
3. Спортивная гимнастика, - М. Эксмо, 2013

### *для обучающихся и родителей*

1. Баринов А. В. Эквилибристика - М. ГУЦЭИ. 1992
2. Баринов В.А. Цирк в эмоциях – ЛКИ. 2010
3. Никулин Ю.В. Мир цирка М. Кладезь, 1995