

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ХАБАРОВСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. ХАБАРОВСКА
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СКАЗКА»

ПРИНЯТА

на заседании
Педагогического совета
МАУДО ДЮЦ «Сказка»
протокол №3 от 24.03.2020 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор
МАУДО ДЮЦ «Сказка»
В.Н. Пашкевич
В.Н. Пашкевич
24 марта 2020 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«На арене летом»
(художественная направленность)

Возраст учащихся: 11-16 лет.
Срок реализации: 2 месяца.

Автор-составитель:
Машукова Оксана Владиславовна,
педагог дополнительного образования

ХАБАРОВСК-2020

Ведомственная принадлежность	Управление образования администрации г. Хабаровска Хабаровского края
Наименование учреждения	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования г. Хабаровска «Детско-юношеский центр «Сказка»
Дата образования и организационно-правовая форма учреждения	ДЮЦ «Сказка» образован в 1990 году. В настоящее время муниципальное автономное учреждение.
Адрес учреждения	680022, Хабаровский край, г. Хабаровск, ул. Сигнальная, дом 4, тел. 8 (4212) 98-04-53
Фамилия, имя, отчество педагога	Машукова Оксана Владиславовна
Образование педагога	средне-специальное Хабаровский педагогический колледж им. Героя Советского Союза Д.Л. Калараша специальность: дополнительное образование квалификация: педагог дополнительного образования
Должность	педагог дополнительного образования, первая квалификационная категория
Контактные телефоны	рабочий телефон 8 (4212) 98-04-53
Полное название образовательной программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «На арене летом»
Специализация программы	цирковое искусство
Тип программы	общеразвивающая
Уровень освоения программы	базовый
Цель программы	развитие и совершенствование физических, творческих способностей и нравственных качеств личности учащихся в процессе обучения силовой акробатики и жонглирования
Срок реализации	2 месяца
Место проведения	МАУДО ДЮЦ «Сказка» ул. Сигнальная, дом 4
Возраст участников	11-16 лет
Контингент уч-ся	школьники

РАЗДЕЛ №1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «На арене летом» *художественной направленности* разработана с учётом нормативных документов и локальных актов:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письма Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. №09-3242 «По проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы)»;
- Приказа Минтруда России от 05.05.2018 №298Н «Об утверждении профессионального стандарта педагога дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226) «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письма Минпросвещения России от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Распоряжения Министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 г. №1321 об утверждении методических рекомендаций «Правила

персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края»

- Устава МАУДО ДЮЦ «Сказка».

Каникулы для школьников один из самых эмоционально ярких периодов школьной жизни. Учреждения дополнительного образования продолжают свою образовательную деятельность в период школьных каникул. МАУДО детско-юношеский центр «Сказка» имеет многолетний положительный опыт по организации каникулярной занятости детей. Организация учебного процесса в цирковой студии «Юная Пляда» в период школьных каникул на базе МАУДО ДЮЦ «Сказка» предполагает рациональное вовлечение детей студии в социально-значимые мероприятия и формы различной художественно-творческой деятельности студии «Юная Пляда».

Социализация школьников является неотъемлемым звеном в процессе освоения дополнительных общеразвивающих общеобразовательных программ цирковой студии «Юная пляда», так как в ней предусматривается широкое привлечение жизненного опыта детей, примеров из окружающей действительности. На протяжении всего обучения применяются такие методы и педагогические технологии, как личностный и дифференцированный подход, обучение в содружестве. Для улучшения восприятия и более близкого ознакомления детей с цирковым искусством организую посещения представлений Краевого цирка, встречи с артистами цирка. Все это в целом является мощным стимулом для развития познавательного интереса к цирковому искусству.

Занятия цирковым искусством позволяют достичь красоты тела 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.

В детском объединении «Юная Пляда» очень популярно участие в разнообразных конкурсах и концертах. В начале каждого месяца педагог сообщает детям о предстоящих конкурсах, озвучивает номинации. В цирковой студии систематически проводятся культурно - массовые мероприятия, способствующие разностороннему развитию детей и их социализации.

Отличительной особенностью программы является возможность ребенка попробовать себя в основных жанрах циркового искусства, что впоследствии помогает определиться и выбрать наиболее интересное и соответствующее его физическим и

творческим способностям направление циркового искусства, как доминирующее в процессе его обучения. Вариативность обучения позволяет подбирать и корректировать содержание учебного материала, в соответствии с возрастными особенностями учащихся, состоянием здоровья, материально-техническим обеспечением образовательного процесса, новым тенденциям в цирковом искусстве. В основе программы заложен дифференцированный подход к учащимся, учитывающий возрастные психофизические особенности, что дает возможность одновременной работы над репертуаром старших и младших учащихся в содружестве и заботе друг о друге. Это приводит к постоянной корректировке содержания и объема учебного материала, расширяется спектр деятельности коллектива на дальнюю перспективу, способствуя взаимопониманию и сотворчеству педагога, ребёнка и родителей.

Занятия в цирковой студии «Юная Пляда» в каникулярный период традиционно организуются на различных площадках города. Занятия проходят как в помещении студии «Юная Пляда» в МАУДО ДЮЦ «Сказка», так и на базах социальных партнеров учреждения, а также на открытом воздухе. Организация занятий на свежем воздухе способствует развитию общекультурного и художественного уровня личности ребенка, формированию универсальных учебных действий и культуры общения с природой.

Педагогические принципы организации образовательного процесса:

- принцип индивидуализации (лично-ориентированный подход);
- принцип деятельностного подхода (через систему занятий обучающиеся включаются в различные виды деятельности, что обеспечивает создание ситуации успеха для каждого ребёнка);
- принцип творчества (каждое занятие – творчество обучающегося (или группы обучающихся) и педагогов;
- принцип разновозрастного единства (в разновозрастных группах ребята могут проявить свою инициативу, самостоятельность, лидерские качества, умение работать в команде, учитывая интересы других);
- принцип связи теории с практикой;
- принцип открытости системы (совместная работа специалистов учреждений разных ведомств и семьи на обеспечение каждому ребёнку максимально благоприятных условий для духовного, интеллектуального и физического развития, удовлетворения его творческих и образовательных потребностей).

1.2 Цели и задачи

Цель программы: выявление, развитие, совершенствование физических, творческих способностей и нравственных качеств учащихся в процессе обучения жанрам циркового искусства.

Задачи программы:

Предметные:

- развивать умения по основным жанрам циркового искусства: акробатике и жонглированию;
- формировать технически грамотное выполнение элементов соединения композиции и трюков, цирковых номеров;

Метапредметные:

- развивать артистические данные;
- развивать умение работать в команде при выполнении элементов соединения, трюков, композиций и номеров;

Личностные:

- развивать волевые качества, умение доводить идеи до воплощения;
- развивать стремление к здоровьесбережению.

1.3 Особенности реализации программы

Форма обучения – очная. Возможна реализация данной программы с применением электронных и дистанционных технологии на платформе Zoom, а также использование мессенджера WhatsApp.

Уровень освоения содержания программы - стартовый.

Данная программа предполагает реализацию в период летних школьных каникул – июнь, июль.

Объем и срок освоения программы

Общее количество часов по программе – 28 часов.

Срок реализации программы	Всего часов	Количество занятий в неделю	Всего часов в неделю
2 месяца (7 недель)	28	2	4

Основной формой организации образовательного процесса по программе является занятие. Продолжительность занятий 40-45 минут с обязательным 10-минутным перерывом между ними для отдыха детей и проветриванием кабинета. При организации

занятий с использованием электронных, дистанционных форм продолжительность занятия составляет 30 минут.

Количество и категория целевой группы

Программа рассчитана на детей в возрасте 11-16 лет, посещавших занятия цирковой студии «Юная Пляда» в течении учебного года. Также возможно зачисление в группу детей не посещавших студию «Юная Пляда», заинтересованных в изучении циркового искусства, на основании заявления родителей (законных представителей).

Количество участников группы детей – 8 - 12 человек.

1.4 Планируемые результаты

В процессе реализации данной программы каникулярной занятости предполагается, что дети достигнут следующих *результатов*:

а) предметные

-совершенствование (движений, техники, преобразование уровня сложности в акробатике и жонглировании);

-выполнение элементов соединения композиций и трюков, цирковых номеров;

б) личностные

-достижения (развитие волевых качеств);

-преобразование (осознание техники выполнения трюка, преобразование уровня сложности);

-содействие (понимание значимости физических занятий для здоровья и совершенствования собственного тела);

в) метапредметные

-организация (дисциплина, ответственность, самостоятельное объединение приобретенных навыков в собственный трюк);

-преобразование (осознание значимости командной работы в выполнении трюков, композиций и номеров, повышение уровня развития творческого мышления и артистизма).

Практический результат по завершении данной программы:

-освоение образовательной программы на высоком уровне служит созданию индивидуального самостоятельного номера «Я-жонглер!» и участие в коллективном творческом номере;

-освоение новых трюков в силовой акробатике и жонглировании в период летних каникул.

Социальными эффектами реализации данной программы можно считать:

- совершенствование форм взаимодействия МАУДО ДЮЦ «Сказка» с выпускниками цирковой студии «Юная плеяда» прошлых лет;
- расширение форм взаимодействия с родителями (законными представителями) в совместную познавательную творческую деятельность с детьми цирковой студии «Юная Плеяда»;
- социализация детей цирковой студии «Юная Плеяда» и организация каникулярной занятости для детей с особыми потребностями (предполагаемое количество детей: 2 ребенка опекаемых);
- возможность реализации выполненных детьми в каникулярный период творческих работ на конкурсных мероприятиях различного уровня.

1.5 Содержание программы «Летом на арене»

Учебный план

Количество часов в неделю - 4 часа

№	Название темы	Учебная неделя		Всего часов	Формы контроля/ аттестации
		теория	практика		
1.	Вводное занятие	1	-	1	Беседа
2.	Раздел 1. Силовая акробатика	1	6	7	трюковые композиции
3.	Раздел 2. Жонглирование	1	7	8	трюковые композиции
4.	Раздел 3. ОФП	1	3	4	Выполнение упражнений
5.	Видео мастер-классы с выпускниками циркового коллектива «Юная плеяда», или просмотр цирковых представлений	1	1	2	Анализ просмотра
6.	Постановка номера	1	5	6	Анализ просмотра творческой работы
	Итого:	6	22	28	

Содержание программы

Вводное занятие, 1 час

Инструктаж по правилам техники безопасности на занятиях, пожарной безопасности, санитарии, личной гигиене, правилам дорожного движения, правила поведения в ДЮЦ «Сказка» и на выездных мероприятиях.

Раздел 1. Силовая акробатика, 7 часов

Теоретические занятия, 1 час

Теория: Виды элементов. Пирамиды – виды пирамид. Поддержки – техника. Парные элементы, работа в тройках. Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Изучение и отработка техники исполнения акробатических элементов.

Практические занятия, 6 часов

День России.

Организация флеш моба с использованием пирамид. Ориентировочная дата 11 июня.

Раздел 2. Жонглирование, 8 часа

Теоретические занятия, 1 часа

Теория: Виды элементов. Реквизит. Жонглирование с элементами эквилибра. Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Отработка и совершенствование техники использования всех видов реквизита для жонглирования: мячики, кольца, булавы. Сольная работа, парная перекидка 6-ю предметами. Создание и защита творческой работы.

Практические занятия – 7 часа

Раздел 3. Общая физическая подготовка 4 часа.

Теория: Значимость упражнений ОФП. Техника выполнения комплексов упражнений на разные части туловища. Правила дыхания при выполнении физических упражнений. Инструктаж по виду деятельности.

Теоретические занятия - 1 часа

Практика: Совершенствование техники выполнения различных комплексов упражнений на разные группы мышц. Тренировка дыхания, навыков его распределения во время выполнения комплекса упражнений. Проведение комплекса ОФП на занятии младших учащихся.

Практические занятия - 3 часа.

Раздел 4. Экскурсии или мастер-классы 2 часов

На каждой неделе *летних каникул (июнь)* запланированы выездные экскурсии, на которых ребята под руководством педагога просматривают цирковую программу, знакомятся с артистами цирка, встречи с выпускниками цирковой студии «Юная Пляеда».

1 неделя, 1 часа

– выезд в Краевой цирк для просмотра цирковой программы или мастер-клас с выпускниками цирковой студии «Юная пляеда»

3 неделя, 1 часа

- выезд в Краевой цирк для участие в мастер классе профессиональных артистов цирка
- выезд на территорию парковой зоны «Городские пруды» для проведения флеш моба ко Дню России.

Раздел 5. Подготовка номера. 6 часов

Теория: Психологические, физические, артистические аспекты подготовки циркового номера. Инструктаж по виду деятельности.

Теоретические занятия – 1 час

Практика: Составление номеров самостоятельно и группой без помощи педагога. Подготовка и отработка элементов творческого номера. Создание и защита группового номера.

Практическое занятие – 5 часов.

РАЗДЕЛ №2. Комплекс организационно-педагогических условий программы

2.1 Календарный учебный график

Программа реализуется в течении 2-х календарных месяцев (7 недель) в соответствии с календарно-учебным графиком (*Приложение №1*).

2.2 Условия реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «На арене летом» реализуется на базе МАУДО ДЮЦ «Сказка» города Хабаровска.

Особенности организации учебного процесса в МАУДО ДЮЦ «Сказка»:

- занятия по программам дополнительного образования проходят в соответствии с утвержденным расписанием МАУДО ДЮЦ «Сказка»;

- по окончании обучения учащийся получает свидетельство об окончании обучения по данной программе и имеет возможность выбрать другую образовательную программу в МАУДО ДЮЦ «Сказка»;

- занятия в группе по данной программе может проводиться в одновозрастном, либо разновозрастном составе;

- количественный состав групп от 8 до 12 человек;

- информация о деятельности МАУДО ДЮЦ «Сказка» отражается в сети Интернет: <http://skazka-centr.ru/>

Аудиторные занятия по программе проходят в хореографическом зале МАУДО ДЮЦ «Сказка», оборудованном в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14 к организации образовательного процесса. В зале установлены станки, зеркала, шкаф с

цирковым реквизитом, коврики для разминки. Имеется возможность организации занятий с использованием дополнительного оборудования – фотоаппараты, видеокамеры, микрофоны и другое.

Внеаудиорные занятия организуются на базе учреждений и организаций – социальных партнеров, описанных выше и на территории улиц и парковых зон города Хабаровска.

Для организации занятий на открытом воздухе детям необходимо иметь головной убор, удобную одежду и обувь по погоде, коврики и реквизит для жонглирования.

Возможна реализация данной программы с применением электронных и дистанционных технологии на платформе Zoom, а также использование мессенджера WhatsApp.

В реализации программы участвуют квалифицированные специалисты МАУДО ДЮЦ «Сказка» на условиях:

- без оценивания и одобрения положительного результата;
- снятия страха перед риском, свободная и непринужденная обстановка;
- свободного доступа к дополнительной информации;
- наличия резерва времени для выстраивания собственной траектории образования (индивидуальный образовательный маршрут);
- возможности общения;
- наличие большого количества разнообразных и интересных заданий;
- отсутствие соревнования и конкуренции;
- возможность игры;
- наличия эмоциональной поддержки;
- индивидуального подхода к обучению и восприятию детей.

Занятия по данной программе не более 3 часов в день, поэтому организации питания не предусмотрено. Выполнение питьевого режима детей контролирует руководитель студии «Юная Плеяда».

Кадровое обеспечение

В реализации программы «На арене летом» задействован педагог дополнительного образования, руководитель цирковой студии «Юная Плеяда», возможно привлечение для организации творческих отчетов специалистов МАУДО ДЮЦ «Сказка» (педагог-организатор, педагог-психолог, методист, концертмейстер) и специалистов организаций социальных партнеров по договоренности в проведении совместных мероприятий в различных формах, в том числе с применением дистанционных и электронных технологий.

Взаимодействие с заинтересованными организациями

Мероприятие	Сроки	Организация	Адрес организации
Просмотр цирковой программы	летние каникулы (июнь)	Хабаровский Краевой цирк	ул. Краснореченская, 102 или просмотр видео цирковой программы на компьютере
Мастер-класс с артистами цирка (по договоренности)		Хабаровский Краевой цирк	ул. Краснореченская, 102
Мастер-класс с выпускниками циркового коллектива «Юная пляда»		МАУДО ДЮЦ «Сказка»	ул. Сигнальная, д.4. или через платформу ZOOM.

Для реализации программы имеется следующая материально-техническая база:

- гимнастические коврики – 15 шт.;
- цирковой реквизит : мячики – 50 шт; кольца – 50 шт, булавы – 50 шт.
- рабочее место педагога с подключением к Интернету;
- электронный носитель информации.

Имеется возможность использовать дополнительное оборудование ДЮЦ «Сказка» – фотоаппарат, видеокамеры, микрофоны и другое, в том числе костюмы и реквизиты других детских объединений учреждения для участия в защите творческих проектов.

2.3 Формы аттестации

Для оценки результативности обучения по данной образовательной программе и фиксации образовательных результатов обучающихся используется творческая защита цирковых этюдов и номеров.

Возможно участие детского объединения в конкурсных мероприятиях различного уровня очно или онлайн.

2.4 Оценочные материалы

Уровень достижений обучающимися планируемых результатов определяется организаторами аттестации по данной программе в форме творческой защиты, критериев оценок, разработанных педагогом дополнительного образования.

Для отслеживания результативности данной программы используются следующие инструменты мониторинга:

- журналы педагога дополнительного образования;
- анализ результатов участия детей в показе творческих проектов;

- формирование и анализ фото и видео материалов;
- уровень удовлетворенности обучающихся и родителей (диагностируется педагогом-психологом в соответствии с утвержденными локальными актами МАУДО ДЮЦ «Сказка» сроками и методиками). В работе педагога-психолога применяются «Анкета выявления удовлетворенности для обучающихся» и «Анкета выявления удовлетворенности родителей обучающихся» А.А. Андреевой.

2.5 Методические материалы программы

Основная форма обучения, подготовки и совершенствования учащихся цирковой студии – это занятия-репетиции и занятия-тренировки.

Общая цель занятия – развитие волевых и физических качеств, индивидуальных особенностей и артистизма.

В занятиях можно выявить следующие основные периоды:

- теоретической, психологической и артистической подготовки;
- общей физической подготовки (ОФП);
- специальной подготовки по жанрам;
- подготовки номера и совершенствования мастерства.

Все перечисленные периоды занятий будут рассмотрены ниже.

При проведении занятий в цирковой студии используются разнообразные *методы*.

Словесные методы обучения:

- устное изложение сути номера, трюка, этюда, элемента, упражнения;
- анализ структуры номера, анализ музыкального сопровождения;
- беседа (например, о технике безопасности, обсуждение выступления).

Наглядные методы обучения:

- показ видеоматериалов выступлений и фестивалей, и просмотр фотографий, иллюстраций в специальной литературе, презентаций;
- показ, исполнение педагогом или учащимся студии;
- наблюдение за исполнением номера или упражнения другими учащимися студии, артистами цирка.

Практические методы обучения:

- тренировочный процесс;
- выполнение акробатических, гимнастических упражнений;
- выполнение элементов жонглирования мячами, кольцами, булавами.

По уровню самостоятельной деятельности учащихся применяются методы:

- объяснительно-иллюстративные и репродуктивные, которые используются, когда

дети воспринимают и усваивают способы выполнения тех или иных упражнений, элементов;

- частично-поисковые методы используются при постановке творческого номера, учащимся дается возможность применить свои творческие способности, фантазию, добавить что-то свое или придумать такую композицию или связку элементов, которую будет удобней выполнять, или такую, которая будет наиболее сложна и интересна;

- исследовательские методы обучения используются, когда учащийся выбрал цирковой жанр, в котором он хочет работать; ему предоставляется максимально возможная самостоятельность в исследовании своих возможностей в данном жанре, своей фантазии, творческих способностей; юный артист изучает возможности предметов, с которыми он работает, циркового реквизита, самостоятельно стремится расширить свои знания в области выбранного жанра, внимательно следит за выступлениями других артистов этого жанра, находит фото-видео материалы с записями выступлений, изучает, анализирует их, делает самостоятельные выводы, придумывает новые элементы и трюки, самостоятельно находит интересный образ для создания циркового номера.

Акробатика и Гимнастика. Одни из основных профилирующих дисциплин в цирковом искусстве. В переводе с греческого *akrobateo* – хожу на цыпочках, лезу вверх. Эти жанры одни из основных жанров циркового искусства.

Методические указания.

Непосредственному переходу к акробатике и гимнастике предшествует изучение различных подготовительных упражнений, представляющих комплекс общеразвивающих упражнений. Такие упражнения не только укрепляют и развивают отдельные мышечные группы, суставы и совершенствуют двигательные качества, но и помогают учащимся скорее и лучше овладеть техникой выполнения изучаемых гимнастических и акробатических упражнений.

Последовательность гимнастических и акробатических задач выстраивается с постепенным увеличением нагрузки. Не допускается утомления какой-либо одной части тела или мышечной группы, для этого упражнения выстраиваются в такой последовательности, которая обеспечивает равномерную нагрузку на различные мышечные группы, например: после упражнения для рук и плечевого пояса следует перейти к упражнению для ног.

Если два упражнения для одной и той же части тела следуют друг за другом, то второе упражнение должно быть для мышц антагонистов, например: после упражнения для мышц спины должны следовать упражнения для мышц брюшного пояса, после

упражнения, требующего статического напряжения мышц, изучается задача динамического характера.

Содержание комплекса упражнений должно быть специально подобрано с учетом всех вышеизложенных требований, но ни в коем случае не имеет постоянно установленного порядка, а видоизменяется и усложняется по мере их усвоения учащимися. Изучение акробатических упражнений начинаются с подробного объяснения. Первое исполнение начинается в индивидуальном порядке.

Педагог учитывает особенность организма девушек и соответственно регулирует нагрузку для них по сравнению с нагрузкой юношей. Упражнения, выполняются в подвижном темпе, и выполняются как в шеренгах, так и индивидуально.

Общеразвивающие упражнения классифицируются по анатомическому признаку:

- упражнение на развитие брюшного пресса;
- упражнение на гибкость спинных мышц;
- упражнение на резкость движения рук и ног;
- упражнение силового порядка;
- упражнение на упругость мышц ног;
- упражнение на координацию движений.

Упражнений на гибкость и растягивание:

- шпагаты и полушпагаты;
- "мост" из положения лежа на спине с опорой ног, рук и головы, а затем без опоры головы;
- "мост" наклоном назад с поднятием одной руки, одной ноги и т.д.;
- перевороты, кульбиты, колеса.

Жонглирование – одна из основных специальных дисциплин в изучении циркового искусства. Весь учебный материал построен на последовательном усложнении технических приемов и дает навыки техники жонглирования.

В теоретической части курса "Жонглирование" учащихся знакомят со всеми оригинальными и технически сложными трюками, существовавшими ранее и исполняющимися в настоящее время цирковыми артистами данного жанра.

Помимо навыков техники жонглирования, в процессе занятий у учащихся вырабатывается точность глазомера, быстрота и координация движений. Для учащихся наиболее способных в данном жанре, дается дополнительная программа, включающая более сложные элементы. Для учащихся, проявивших склонность к оригинальности и нестандартности решений, предусматривается специальный раздел по изучению эксцентрических элементов в жонглировании. Жонглирование становится одним из

основных цирковых жанров и характеризуется многообразием форм, стилей, технических приёмов и реквизита. Современное жонглирование разделяется на два основных художественных направления: классическое и бытовыми предметами. Классические жонглёры работают со специально приспособленными предметами реквизита. Это мячи, палочки, факелы, тарелки, кольца, булавы, диаволо.

Методические указания.

Для детей необходимо выбирать реквизит удобной формы, что позволяет оперировать большим количеством предметов. Начинать необходимо с самых простых вариантов жонглирования:

- учебная стойка (постановка головы, корпуса, рук, ног);
- перебрасывание одного мяча из одной руки в другую;
- перебрасывание двух мячей двумя руками встречным полетом;
- жонглирование двумя мячами одной рукой (левой и правой);
- жонглирование тремя мячами двумя руками;
- жонглирование тремя мячами полукаскадом и каскадом;
- жонглирование тремя мячами полукаскадом и каскадом с обеих рук;
- При жонглировании булавами, кольцами используется та же техника, что при жонглировании мячами, только с подкручиванием предметов.

Подготовка номера и совершенствование сценического мастерства.

Овладевая силой и другими необходимыми для акробата физическими качествами, для жонглера техническими качествами, для эквилибриста чувство баланса, следует помнить и о требованиях, предъявляемых к актерскому исполнению трюков. О создании того или иного художественного образа, то есть об артистической подготовке номера, когда проводится отбор наиболее выразительных средств, шлифовка трюкового репертуара, оттачивание темпа, лаконичности и пластичности движений.

Одновременно следует вести поиски идейно-творческих задач и постановочных решений, создания сценического образа, отработки рисунка и композиции номера, поиски его финала, кульминации. При этом желательна совместная работа с хореографом, звуко- и свето- оператором, костюмером.

Педагог при формировании номеров, работа которых связана с повышенной опасностью, должен учитывать требования психологической совместимости учащихся-партнеров по номеру. Несовместимость, даже временная, приводит не только к снижению художественной ценности и эффективности выступления, но и приводит к конфликтным ситуациям, распаду номера, а также значительному повышению уровня травматизма.

2.6 Список литературы

Литература для педагогов

- 1.1 Гуревич З.И. «О жанрах советского цирка». Москва, «Искусство, 1984 г.
- 1.2 Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. – Ростов н/Д. Феникс, 2014.
- 1.3 Дмитриевский В.Н. «Основы социологии театра. История, теория, практика». ГИТИС, Москва, 2011 г.
- 1.4 Лемешева С.Г., Леонова Л.В. «Гимнастика», часть 2, Учебное пособие, ДВГАФК, Хабаровск, 2013 г.
- 1.5 Методические программы по основным цирковым дисциплинам. Акробатика. Атлетика. Жонглирование. Программа общефизической подготовки юношей и девушек. Ручной эквилибр. Трапеция. Клоунада. Эквилибристика на проволоке. Эквилибристика на катушках. ГУЦЭИ, 2013 г. (электронный вариант).
- 1.6 Техника безопасности в цирке: Методические рекомендации для руководителей самодеятельных цирковых коллективов/Сост. А.Ф. Ирхин. – М.: ВНИИЦ НТ. 1989 г.
- 1.7 Холодов Ж.К. «Теория и методика физического воспитания и спорта» М., Академия, 2013 г. (электронный вариант).
- 1.8 Шипилина И.А. Хореография в спорте. – Ростов н/Д. Феникс, 2013 г.

Литература для детей

- 2.1 Славский Р. «Леонид Енгибаров» М., Искусство 1989г. (электронный вариант).
- 2.2 Утков Ю. «Здравствуй, цирк!». Свердловск, 1986 г.
- 2.3 «Веселая Арена: школа циркового искусства». Владивосток, 2013 г.
- 2.4 «Цирк! Цирк! Цирк!» Русские и советские писатели о цирке. М., Правда, 1989 г.

Литература для родителей

- 3.1 Ю. Дмитриев «Русский цирк». Москва, Искусство, 1953 г.
- 3.2 «80 лет ГУЦЭИ», Москва, 2007 г.
- 3.3 «85 лет ГУЦЭИ», Москва 2012 г.

Интернет-ресурсы

- 4.1 Учебники и методические материалы для артистов цирка – <http://www.ruscircus.ru>.
- 4.2 Учебник по жонглированию – <http://www.jugglers.ru>.

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
"На арене летом "**

№	Дата	Тема занятий	Кол-во часов			Форма занятий	Форма аттестации
			теория	практика	всего		
1	3.06	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ.	0,5	0,5	1	Беседа, презентация	Опрос
		Акробатика. Растяжка ног и шпагаты.	0,5	0,5	1	Практическая работа	Наблюдение, анализ
2	6.06	Акробатика. Гибкость спины	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
3	10.06	Акробатика. Стойка на руках.	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
4	13.06	Акробатика. Выполнение элемента «колесо», кувырки вперед и назад.	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
5	17.06	ОФП. Упражнение на силу и выносливость	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
6	20.06	Жонглирование 3-мя мячами. Рисунки.	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
7	24.06	Жонглирование 3-мя кольцами. Рисунки	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
8	27.06	Жонглирование 3-мя булавами. Рисунки	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
9	1.07	Жонглирование: тремя разными предметами.	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
10	4.07	ОФП. Упражнения на силу и выносливость.	0,5	1,5	2	Практическая работа	Наблюдение, анализ
11	8.07	Мастер-класс с выпускниками циркового коллектива «Юная Плеяда	0,5	1,5	2	Практическая работа	Беседа Наблюдение, повторение
12	11.07	Постановка индивидуального номера «Я-жонглер!»	0,5	1,5	2	Творческая работа	Анализ творческой работы
13	15.07	Постановка индивидуального номера «Я-жонглер!»	0,5	1,5	2	Творческая работа	Анализ творческой работы

14	18.07	Показ индивидуальных номеров.	0,5	1,5	2	Творческая работа	Анализ творческой работы
		<i>ИТОГО</i>	7,5	20,5	28		