

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ОМСКА
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ОМСКА
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ОКТЯБРЬСКОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА»

Принята на заседании
методического Совета от
31.05.2024 года
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор
БОУ ДО г. Омска «ДДТ ОАО»
Ю.В.Плоцкая
31.05.2024 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
образцовой цирковой студии «Каскад»
Образовательный модуль художественной направленности
«Жанры циркового искусства»
(стартовый уровень)

Возраст учащихся – 7 - 10 лет
Срок реализации – 3 года
Трудоёмкость модуля - 432 часа
Форма обучения - очная

Авторы - составители:
Шкарлет Светлана Васильевна,
Шведова Полина Сергеевна,
педагоги дополнительного образования

Омск, 2024 г.

Аннотация

Образовательный модуль «Жанры циркового искусства» (стартовый уровень) является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой цирковой студии «Каскад», относится к художественной направленности. Обучение по образовательному модулю способствует физическому и эстетическому развитию учащихся путем формирования умений и навыков в различных жанрах циркового искусства.

Образовательный модуль «Жанры циркового искусства» является модулем стартового уровня сложности содержания.

Целью образовательного модуля является формирование и развитие физических и творческих способностей учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни посредством занятия различными жанрами циркового искусства.

После обучения по образовательному модулю учащиеся:

- узнают отличительные особенности разных жанров циркового искусства - оригинальный жанр (хула-хуп, вращение палочки), пластическая акробатика, эквилибр на катушках, эквилибр на моноциклах;
- овладеют методами страховки и само страховки;
- научатся выполнять упражнения общефизической подготовки;
- овладеют техникой вращения палочки;
- научатся исполнять элементы пластической акробатики;
- научатся выполнять элементы эквилибра на катушках на столе;
- овладеют первоначальными навыками эквилибра на моноцикле;
- научатся одновременно крутить 3 хула-хупа в различных комбинациях;
- разовьёт свои физические качества - координацию движений, гибкость, ловкость, выносливость.

Для обучения принимаются все желающие в возрасте от 7 до 10 лет. Необходим медицинский допуск от врача. При зачислении наличия базовых знаний и специальной подготовки не требуется. При наличии свободных мест учащиеся зачисляются по результатам собеседования на любом этапе обучения в указанном возрастном диапазоне.

Образовательный модуль рассчитан на 3 года обучения, объём учебной нагрузки на первом году обучения составляет 108 часов в год, на втором – 144 часа, на третьем - 180 часов. Трудоёмкость образовательного модуля 432 часа.

Оглавление

1. Пояснительная записка	4
2. Учебно-тематический план 1 года обучения	9
3. Содержание 1 года обучения	10
4. Календарный учебный график 1 года обучения	16
5. Учебно-тематический план 2 года обучения	22
6. Содержание 2 года обучения	23
7. Календарный учебный график 2 года обучения	28
8. Учебно-тематический план 3 года обучения	36
9. Содержание 3 года обучения	37
10. Календарный учебный график 3 года обучения	42
11. Контрольно-оценочные средства	52
12. Условия реализации образовательного модуля	57
13. Список литературы	58

Пояснительная записка

Образовательный модуль «Жанры циркового искусства» (стартовый уровень) является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой цирковой студии «Каскад», относится к художественной направленности. Обучение по образовательному модулю способствует физическому и эстетическому развитию учащихся путем формирования умений и навыков в различных жанрах циркового искусства.

Образовательный модуль «Жанры циркового искусства» является модулем *стартового уровня* сложности содержания.

Образовательный модуль разработан в соответствии с современными нормативными документами в сфере образования и локальными актами учреждения.

Актуальность образовательного модуля определяется:

– Государственной политикой Российской Федерации в сфере образования: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года и др.

– Потребностями и интересами учащихся, их родителей.

Уровень физического здоровья основной части детей школьного возраста остаётся низким. Поэтому актуальна работа по развитию и укреплению двигательных способностей учащихся. Обучение по образовательному модулю способствует физическому развитию и укреплению организма учащихся, улучшению координации, увеличению уровня силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, укреплению правильной осанки.

Упражнения и различные движения по своей двигательной структуре просты и доступны для учащихся. Занятия по освоению циркового искусства представляют собой синтез эффективного повышения двигательной активности, физического оздоровления и приобщения детей к творчеству.

Особенности организации образовательного процесса. Обучение по образовательному модулю обладает большим потенциалом эмоционального, психологического, социального воздействия. В процессе обучения развивается способность к импровизации, эмоциональность, умение сотрудничать и взаимодействовать, решать проблемы творчески.

Тематические блоки образовательного модуля подобраны в соответствии с актуальными потребностями учащихся. Благодаря индивидуальному подходу удастся в наибольшей степени раскрыть

возможности учащихся, пробудить живой интерес к занятиям цирковым искусством, физическими упражнениями, сформировать установку на здоровый образ жизни.

В процессе реализации образовательного модуля осуществляется дифференцированный подход к освоению содержания. Начиная со второго года обучения учащимся предоставляется возможность, в зависимости от физиологических особенностей и индивидуальных предпочтений, осваивать отдельные жанры циркового искусства более подробно. Дифференциация осуществляется благодаря звеньевой форме организации обучения в сочетании с групповой.

Обучаясь по образовательному модулю «Жанры циркового искусства» учащиеся осваивают пластическую акробатику, оригинальный жанр (вращение хула-хупов, вращение палочек), эквилибристику на катушках, эквилибристику на моноциклах.

Педагогическая целесообразность создания образовательного модуля обусловлена наличием у детей интереса к занятиям цирковым искусством, физической культурой, потребностью активно двигаться. В процессе обучения решается сразу несколько педагогических задач:

- создание условий для развития личности учащихся;
- укрепление здоровья учащихся;
- воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности;
- воспитание потребности к систематическим занятиям цирковым искусством, физической активностью.

Естественной потребностью детей является высокая двигательная активность. При достаточном объёме двигательной активности у учащихся наблюдаются более высокие показатели умственной работоспособности, повышение успеваемости и адаптации к физическим нагрузкам, сопротивляемости простудным заболеваниям. Благодаря физическим упражнениям, воздействующим на развитие опорно-двигательного аппарата, нервную, дыхательную, сердечно-сосудистую системы, оздоравливается организм ребёнка, формируются психофизические качества, культура чувств, нравственные и интеллектуальные особенности личности, культура жеста.

Адресат образовательного модуля, особенности набора учащихся. Для освоения образовательного модуля принимаются дети с 7 лет при условии готовности к обучению (поступление в учреждение общего образования).

Образовательный модуль адресован учащимся в возрасте 7-10 лет, желающим освоить жанры циркового искусства, заниматься двигательной

активностью. Необходим медицинский допуск от врача. При зачислении наличия базовых знаний и специальной подготовки не требуется. При наличии свободных мест учащиеся зачисляются по результатам собеседования на любом этапе обучения в указанном возрастном диапазоне.

Возрастные и психологические особенности детей 7-8 лет. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребёнка, общения со сверстниками. Возрастные особенности детей 7-8 лет уже позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать перестроения, чувствовать партнёра и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые и интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Важнейшее новообразование в развитии личности в этом возрасте становится осознание мотива «я должен», «я смогу», которое начинает постепенно преобладать над мотивом «я хочу».

Возрастные и психологические особенности детей 9-10 лет. Младший школьный возраст является узловым этапом в развитии ребёнка, в том числе в развитии двигательного анализатора, координации движений, всей двигательной функции. В этот период запоминание и процесс воспроизведения движения от механического характера логично переходит к осмысленному пониманию структуры задания через приёмы словесного объяснения, связанные с деятельностью воображения. Дети 9-10 лет легко овладевают сложными по координации движениями, что обусловлено высокой пластичностью нервной системы. Восприятие становится осмысленным, целенаправленным, анализирующим, поэтому появляется возможность контроля выполняемого движения, концентрации на мышечных ощущениях. При регулярных занятиях дети этого возраста могут выполнить очень большие по объёму нагрузки с умеренными сдвигами в системе кровообращения и дыхания и быстрым восстановлением.

Для детей этого возраста характерны: активность, энергичность, хорошо скоординированная деятельность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность. Это возраст, когда закладываются основы физического совершенства при одновременном становлении основных движений, развития важных функций и систем растущего организма.

Срок реализации образовательного модуля. Образовательный модуль рассчитан на 3 года обучения, объём учебной нагрузки на первом году обучения составляет 108 часов в год, на втором – 144 часа, на третьем - 180 часов.

Трудоёмкость образовательного модуля 432 часа.

Продолжительность и режим занятий.

На первом году обучения: занятия проводятся 2 раза в неделю - по 1 часу в групповой форме, по 1 часу - в звеньевой (два звена).

На втором году обучения: по 1 часу в групповой форме, по 2 часа - для первого звена, и по 1 часу - для второго.

На третьем году обучения: по 2 часа в групповой форме, по 2 часа - для первого звена и по 1 часу для второго звена.

Продолжительность одного академического часа 40 минут, перерыв между часами - 10 минут.

Форма обучения – очная.

Форма организации деятельности объединения – учебная группа.

Формы организации деятельности учащихся:

- индивидуальная,
- групповая,
- фронтальная.

Формы организации образовательного процесса: исполнительское учебное занятие, беседа, сценическое выступление.

Состав учебных групп: постоянный, количественный состав учебных групп 15 человек.

Цель: формирование и развитие физических и творческих способностей учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни посредством занятия различными жанрами циркового искусства.

Задачи:

- воспитывать дисциплинированность, аккуратность, ответственность за свою работу;
- формировать мотивацию к занятиям цирковым искусством, потребность в регулярных физических нагрузках;
- формировать навыки учебного сотрудничества, обучать приёмам самостоятельной и коллективной работы;
- развивать физические способности;
- знакомить учащихся разнообразием жанров циркового искусства,
- формировать первоначальные умения и навыки в различных жанрах.

Планируемые результаты освоения образовательного модуля.

Личностные результаты.

После окончания обучения по образовательному модулю учащиеся:

- будут проявлять интерес к занятиям цирковым искусством;
- овладеют представлением о безопасном и здоровом образе жизни;

- будут демонстрировать морально-волевые качества - настойчивость в достижении поставленной цели, волю, трудолюбие, уверенность в своих возможностях;
- научатся подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- будут проявлять уважительное и доброжелательное отношение к педагогу и товарищам, эмоциональную отзывчивость, сочувствие.

Метапредметные результаты.

После окончания обучения по образовательному модулю учащиеся:

- активно взаимодействуют со сверстниками и взрослыми, участвуют в совместной деятельности;
- обладают навыками организации собственной деятельности.

Результаты по направленности (профилю) образовательного модуля.

После окончания обучения по образовательному модулю учащиеся:

- будут знать отличительные особенности разных жанров циркового искусства;
- овладеют методами страховки и само страховки;
- научатся выполнять упражнения общефизической подготовки;
- овладеют техникой вращения палочки;
- смогут исполнять элементы пластической акробатики;
- смогут выполнять элементы эквилибра на катушках на столе;
- овладеют первоначальными навыками эквилибра на моноцикле;
- научатся одновременно крутить 3 хула-хупа в различных комбинациях;
- разовьют свои физические качества - координацию движений, гибкость, ловкость, выносливость.

Способы определения планируемых результатов:

- текущий контроль,
- промежуточная аттестация,
- итоговая аттестация.

Формы подведения итогов: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные задания, контрольные упражнения, самостоятельная работа, контрольное занятие, концерт.

Итоги реализации образовательного модуля подводятся на отчётном концерте в конце учебного года.

Порядок получения документа об обучении. Учащиеся, успешно освоившие обучение по образовательному модулю «Жанры циркового искусства» (стартовый уровень) получают документ об обучении установленного образца.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов	Формы контроля/ аттестации
1.	Вводные занятия	2	педагогическое наблюдение, опрос
2.	Общая физическая подготовка:	28	
2.1.	Ходьба, бег	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.2.	Упражнения для рук и плечевого пояса	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.3.	Упражнения для шеи	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.4.	Упражнения для туловища	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.5.	Упражнения для ног	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.6.	Упражнения на развитие гибкости	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.7.	Статические упражнения	4	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.8.	Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции	4	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.	Пластическая акробатика	18	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.	Оригинальный жанр:	22	
4.1.	Вращение хула-хупов	18	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.2.	Вращение палочек	4	педагогическое наблюдение, практическое задание
5.	Эквилибристика на катушках	22	педагогическое наблюдение, практическое задание
6.	Работа над фрагментом массового номера	12	педагогическое наблюдение, концерт
7.	Концертная и конкурсная деятельность	4	педагогическое наблюдение, концерт
Итого часов:		108	

Содержание 1 года обучения

1. Вводные занятия.

Теоретические понятия и термины. Влияние физических нагрузок на развитие организма. Форма одежды. Режим работы. Дисциплина на занятиях. Техника безопасности и правила поведения в учебном кабинете, в учреждении. Задачи и содержание программы на учебный год. Этика общения в коллективе.

Практическая работа. Игры на знакомство, создание атмосферы доверия, позитивного настроения.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игра.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

2. Общая физическая подготовка.

2.1. Ходьба, бег.

Теоретические понятия и термины. Значение общей физической подготовки циркового артиста. Физические качества человека – быстрота. Правила развития физических качеств. Техника бега, движение рук при беге. Приёмы восстановления дыхания.

Практическая работа. Ходьба в приседе, ходьба на полу пальцах, на пятках, с высоким подниманием колена, бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.2. Упражнения для рук и плечевого пояса.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – сила. Предварительные и исполнительные части команд; основная стойка. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Махи руками, круговые движения руками, отжимания в положении «упор лежа», вращение плечевого пояса вперед и назад.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.3. Упражнения для шеи.

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Повороты головы вперед и назад, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.4. Упражнения для туловища.

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Наклоны вперед и вбок. Упражнения на развитие брюшного пресса: подъем обеих ног лежа на спине - прямыми, в группировке, по отдельности, «ножницы». Упражнения на шведской стенке – подъёмы ног в группировке, удержание ног в подъеме.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.5. Упражнения для ног.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – ловкость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Приседания или выпады, махи ногами, прыжки на двух ногах, прыжки поочередно на одной ноге, прыжки через небольшое препятствие, прыжки через скакалку.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.6. Упражнения на развитие гибкости.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – гибкость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Наклоны: вперед, назад, вправо, влево. Выпады и полу - шпагаты, махи правой и левой ногой вперед, назад, в сторону.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.7. Статические упражнения.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – выносливость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Равновесие на одной ноге, другая - спереди, согнутая под углом; стойка на лопатках с опорой рук под спину с заднего полу-кульбита; стойка на голове махом одной ноги или толчком двух ног через группировку.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.8. Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции.

Теоретические понятия и термины. Чувство равновесия. Правила игр. Общее понятия: «строй», «шеренга», «колонна»; «дистанция», «интервал».

Практическая работа. Строевые перестроения. Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции: упражнение «Двигательный диктант» - по шагам. Например: «Один шаг вперёд, два шага направо». «Повернуться на 180°, один шаг назад» и т. д., игра «путаница», игра «повтори, не ошибись».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, игра.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3. Пластическая акробатика.

Теоретические понятия и термины. Разновидности акробатики, отличительные особенности: партерная акробатика, пластическая, прыжковая; парная, групповая. Основные понятия: мост, кульбит, шпагат, полушпагат, стойка на груди, стойка на руках.

Практическая работа. Освоение и отработка основных акробатических элементов:

Стойки, перекаты: движение дугой или разгибом — переход из упора лёжа из согнутого положения на лопатках в стойку на ноги, на одну ногу (согнувшись, с прогибом, переворачиваясь и без поворотов). Медленное вращение тела с опорой на обе или одну руку без полёта (перекидки) - вперёд, назад с разных положений. Усложненные элементы с увеличенным временем фиксации и нагрузкой.

«Мосты»: мост из положения лёжа на спине, «мост» из положения сидя; мост из положения стоя с помощью и без, мост на одной ноге, мост, с опусканием на локти. Усложненные элементы с увеличенным временем фиксации и нагрузкой.

Кувырки (кульбиты): через голову, из упора присев прямо, вперёд, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх, из широкой стойки ноги врозь; Одиночные кувырки, сериями.

Перевороты: переворот вперёд на две ноги (со страховкой), переворот вперёд на одну ногу без страховки; переворот вперёд через одну руку со страховкой и без неё;

«Колесо»: «Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь, с переходом вначале на одну, а затем на другую ногу. Медленный переворот вперёд на одну ногу - с шага махом одной и толчком другой ногой; медленный переворот назад (перекидка)- отпуская назад в мост и далее махом одной ноги, через стойку на руках в какое-либо конечное положение, например шпагат.

Шпагат: полушпагат и шпагат.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4. Оригинальный жанр.

4.1. Вращение хула-хупов.

Теоретические понятия и термины. Понятие «хула-хуп» и его применение. Правила техники безопасности при работе с хула-хупом, правила ухода и хранения. Техника вращения обруча.

Практическая работа. Вращение одного обруча на талии, коленях, груди, шее, в руке (впереди, сбоку и над собой). Передача обруча во время вращения из руки в руку, сочетание передачи обруча с пируэтом. Подъём обруча с талии и груди на руку.

Вращение двух обручей в двух руках одновременно (руки в стороны); одновременное вращение двух обручей (отдельно - один в руке, один - на талии или коленях; один - на талии, другой - на груди). Вращение двух обручей в руках методом «восьмерка» (в продольном и горизонтальном направлении), Подъём одного хула-хупа с колен на талию, с талии на руку, с пола на колени. Отработка техники вращения хула-хупов.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4.2. Вращение палочек.

Теоретические понятия и термины. Палочки как цирковой реквизит, его применение. Правила техники безопасности при работе с палочками, правила ухода и хранения. Техника вращения палочки.

Практическая работа. Вращение палочки в руках в разных плоскостях, передача из руки в руку во время вращения. Отработка техники вращения.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

5. Эквилибристика на катушках.

Теоретические понятия и термины. Понятие «катушка» и её применение. Правила техники безопасности при работе с катушками, правила ухода и хранения.

Практическая работа. Эквилибристика на одной катушке (на полу): выполнение стойки на одной катушке. Заход и сход с катушки, стоящей на полу. Выполнение приседаний на катушке. Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

6. Работа над фрагментом массового номера.

Теоретические понятия и термины. Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (вращение хула-хупов, палочки).

Практическая работа. Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения. Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися.

Сводные репетиции.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

7. Концертная деятельность.

Теоретические понятия и термины. Сценическая культура. Культура закулисного общения.

Практическая работа. Концертные выступления: концерт-дебют, отчетный концерт.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, концерт.

Календарный учебный график 1 года обучения

№ п\п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1.		1. Вводные занятия	Влияние физических нагрузок на развитие организма. Техника безопасности и правила поведения. Этика общения в коллективе.	1
2.		4.2. Оригинальный жанр. Вращение палочек	Вращение палочки перед собой. Вращение палочки с пируэтом.	1
3.		4.2.	Вращение палочки перед собой. Вращение палочки с пируэтом.	
4.		2.3. ОФП. Упражнения для шеи	Комплекс упражнений для мышц шеи.	1
5.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хупа	Вращение обруча на руке перед собой.	1
6.		4.1. Вращение хула-хупа	Вращение обруча на руке перед собой.	1
7.		2.2. ОФП. Упражнения для рук и плечевого пояса	Комплекс упражнений для мышц рук.	1
8.		3.	Основные понятия. мост, кульбит, шпагат, полушпагат.	1
9.		3. Пластическая акробатика	Основные понятия. мост, кульбит, шпагат, полушпагат.	1
10.		2.2. ОФП Упражнения для рук и плечевого пояса	Комплекс упражнений для плечевого пояса	1
11.		5. Эквилибристика на катушках	Понятие «катушка». Правила техники безопасности при работе с катушками. Стойка на одной катушке у опоры.	1
12.		5.	Применение «катушки». Правила техники безопасности при работе с катушками. Стойка на одной катушке у опоры.	1
13.		2.1. ОФП Упражнения ходьбы, бега.	Разновидности ходьбы.	1
14.		4.2. Оригинальный жанр. Вращение палочек	Вращение палочки в правой и левой руке. Вращение в движении.	1
15.		4.2.	Вращение палочки в правой и левой руке. Вращение в движении.	1
16.		2.1. ОФП. Упражнения ходьбы, бега	Разновидности бега	1

17.		3.Пластическая акробатика	Основные понятия: стойка на лопатках, на груди, на предплечьях. на голове и на прямых руках.	1
18.		3.	Основные понятия: стойка на лопатках, на груди, на предплечьях. на голове и на прямых руках.	1
19.		2.4 ОФП. Упражнения для туловища	Комплекс упражнений для туловища.	1
20.		5. Эквилибристика	Правила ухода и хранения катушек. Стойка на одной катушке у опоры.	1
21.		5.	Правила ухода и хранения катушек. Стойка на одной катушке у опоры.	1
22.		2.5. ОФП. Упражнения для шеи	Комплекс упражнений для шеи.	1
23.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение одного обруча перед собой с передачей с одной руки в другую.	1
24.		4.1.	Вращение одного обруча перед собой с передачей с одной руки в другую.	1
25.		2.6 ОФП. Упражнения на гибкость	Исходные положения и техника выполнения упражнений на растяжку.	1
26.		5.Эквилибристика	Стойка на одной катушке с отрыванием рук от опоры.	1
27.		5.	Стойка на одной катушке с отрыванием рук от опоры.	1
28.		2.6 ОФП Упражнения на гибкость	Упражнения на развитие гибкости наклоны, выпады.	1
29.		6.Работа над фрагментами массового номера	Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (вращение палочки).	1
30.		6.	Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (вращение палочки).	1
31.		2.6 ОФП. Упражнения на гибкость	Упражнения на развитие гибкости, махи, шпагаты	1
32.		3.Пластическая акробатика	«Мост» из положения лежа на спине. «Мост» из положения сидя; мост из положения стоя с помощью педагога и без.	1
33.		3.	«Мост» из положения лежа на спине. «Мост» из положения сидя; мост из положения стоя с помощью педагога и без.	1
34.		2.7. ОФП. Статические упражнения	Статические упражнения равновесие на одной ноге, вторая - сзади, спереди, сбоку.	1
35.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение хула-хупа на талии.	1

36.		4.1.	Вращение хула-хупа на талии.	1
37.		2.7. ОФП. Статические упражнения	Статические упражнения стойка на голове толчком двумя ногами.	1
38.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1
39.		6.	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1
40.		2.8. ОФП. Упражнения на развитие пространственной ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации, строевые перестроения.	1
41.		3.Пластическая акробатика	Кувырки (кульбиты)через голову из упора присев прямо, вперед, назад.	1
42.		3.	Кувырки (кульбиты)через голову из упора присев прямо, вперед, назад.	1
43.		5. Эквилибристика	Стойка на одной катушке без опоры, приседания.	1
44.		5.	Стойка на одной катушке без опоры, приседания.	1
45.		2.7. ОФП Статические упражнения	Статические упражнения стойка на голове махом одной ноги.	1
46.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращения хула-хупа на коленях.	1
47.		4.1.	Вращения хула-хупа на коленях.	1
48.		2.8. ОФП. Упражнения на развитие пространственной ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра «путаница», игра «повтори, не ошибись».	1
49.		7. Концертная деятельность	Концерт – дебют. Промежуточная аттестация.	1
50.		1. Вводные занятия	Дисциплина на занятиях. Техника безопасности и правила поведения. Этика общения в коллективе.	1
51.		3.Пластическая акробатика	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь.	1
52.		3.	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь.	1
53.		2.5. ОФП. Упражнения для ног	Прыжки на двух ногах, прыжки поочередно на одной ноге, прыжки через небольшое препятствие,	1
54.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения.	1

55.		6.	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения.	1
56.		2.6ОФП.Упражнения на гибкость	Шпагаты, махи правой и левой ногой вперед, назад, в сторону.	1
57.		2.8. ОФП. Упражнения на развитие пространственной ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции: упражнение «Двигательный диктант» - по шагам.	1
58.		5.Эквилибристика	Перелезание через обруч, стоя на катушке.	1
59.		5.	Перелезание через обруч, стоя на катушке.	1
60.		2.5. ОФП. Упражнения для ног	Прыжки через скакалку.	1
61.		3. Пластическая акробатика	Шпагат, полушпагат на правую, левую ногу.	1
62.		3.	Шпагат, полу шпагат на правую, левую ногу.	1
63.		2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Упражнения на шведской стенке – подъёмы ног в группировке, удержание ног в подъёме.	1
64.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение одного обруча на груди, шее.	1
65.		4.1.	Вращение одного обруча на груди, шее.	1
66.		2.6. ОФП Упражнения на гибкость	Комплекс упражнений на развитие гибкости.	1
67.		5.Эквилибристика	Приседания на катушке. Перелезание через обруч, стоя на катушке.	1
68.		5.	Приседания на катушке. Перелезание через обруч, стоя на катушке	1
69.		2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Комплекс упражнений для туловища.	1
70.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися.	1
71.		6.	Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися.	1
72.		2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Упражнения на развитие брюшного пресса.	1
73.		5.Эквилибристика	Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, стоя на катушке.	1
74.		5.	Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, стоя на катушке.	1
75.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка синхронности движений массового номера.	1
76.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение	Передача обруча во время вращения из руки в руку, сочетание передачи обруча с пируэтом.	1

		хула-хуп.	Подъём обруча с талии и груди на руку.	
77.		4.1.	Передача обруча во время вращения из руки в руку, сочетание передачи обруча с пируэтом. Подъём обруча с талии и груди на руку.	1
78.		2.6ОФП.Упражнения на развитие гибкости	Махи ногами вперед, назад, в сторону. Шпагаты на правую - левую ногу, поперечный.	1
79.		3.Пластическая акробатика	Переворот вперед на две ноги (со страховкой), переворот вперед на одну ногу без страховки.	1
80.		3.	Переворот вперед на две ноги (со страховкой), переворот вперед на одну ногу без страховки.	1
81.		2.7. ОФП. Статические упражнения	Статические упражнения стойка на голове махом одной ноги, толчком через группировку.	1
82.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение двух обручей в двух руках. Вращение двух обручей в руках методом «восьмерка».	1
83.		4.1.	Вращение двух обручей в двух руках одновременно. Вращение двух обручей в руках методом «восьмерка».	1
84.		2.8. ОФП. Упражнения на развитие пространственной ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра «путаница», игра «повтори, не ошибись».	1
85.		5.Эквилибристика	Вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.	1
86.		5.	Вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.	1
87.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка синхронности движений массового номера.	1
88.		3.Пластическая акробатика	Переворот вперед на одну ногу без страховки; переворот вперед через одну руку со страховкой и без неё;	1
89.		3.	Переворот вперед на одну ногу без страховки; переворот вперед через одну руку со страховкой и без неё;	1
90.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1
91.		5.Эквилибристика	Заход и сход с катушки, стоящей на полу.	1
92.		5.	Заход и сход с катушки, стоящей на полу.	1
93.		7. Концертная деятельность	Отчетный концерт. Репетиция.	1
94.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение двух обручей в двух руках одновременно (руки в стороны), в продольном и горизонтальном направлении.	1
95.		4.1	Вращение двух обручей в двух руках одновременно (руки в стороны), в продольном и горизонтальном направлении.	1
96.		2.4. ОФП.	Подъёмы ног в группировке, удержание ног в	1

		Упражнения для туловища	подъеме лежа на спине.	
97.		5. Эквилибристика	Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.	1
98.		5.	Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.	1
99.		2.4. ОФП. Упражнения для туловища.	Упражнения на шведской стенке – подъёмы ног в группировке, удержание ног в подъёме.	1
100.		3.Пластическая акробатика	Отработка основных акробатических элементов: кульбиты, перевороты, шпагаты, мосты.	1
101.		3.	Отработка основных акробатических элементов: кульбиты, перевороты, шпагаты, мосты.	1
102.		6. Работа над фрагментами номера.	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1
103.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Отработка техники вращения хула-хупов.	1
104.		4.1.	Отработка техники вращения хула-хупов.	1
105.		5.Эквилибристика	Выполнение приседаний на катушке. Пролезание через обруч, стоя на катушке.	1
106.		5.	Вращение палочки, вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.	1
107.		7. Концертная деятельность	Концерт.	1
108.		7. Концертная деятельность	Концерт. Промежуточная аттестация.	1
Итого часов				108

Учебно-тематический план 2 года обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводные занятия	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.	Общая физическая подготовка:	30	
2.1	Ходьба, бег	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.2	Упражнения для мышц шеи	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.3	Упражнения для плечевого пояса	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.4	Упражнения для рук и плечевого пояса	4	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.5	Упражнения для мышц туловища	4	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.6	Упражнения для мышц ног	4	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.7	Упражнения на развитие гибкости	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.8	Статические упражнения	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.	Пластическая акробатика:	32	
3.1.	Упражнения на гибкость и растягивание	10	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.2.	Основы акробатических упражнений	22	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.	Оригинальный жанр	28	
4.1.	Вращение хула-хупов	26	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.2.	Вращение палочек	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
5.	Эквилибристика на катушках	28	педагогическое наблюдение, практическое задание
6.	Работа над фрагментами массового номера	20	педагогическое наблюдение, концерт
7.	Концертная деятельность	4	педагогическое наблюдение, концерт
Итого часов:		144	

Содержание 2 года обучения

1. Вводные занятия.

Теоретические понятия и термины. Влияние физических нагрузок на развитие организма. Форма одежды. Режим работы студии. Техника безопасности и правила поведения в классе, в учреждении. Задачи и содержание программы на учебный год. Этика общения в коллективе.

Практическая работа. Игры на создание атмосферы доверия, позитивного настроения.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игра.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

2. Общая физическая подготовка.

2.1. Ходьба, бег.

Теоретические понятия и термины. Значение общей физической подготовки циркового артиста. Физические качества человека – быстрота. Правила развития физических качеств. Техника бега, движение рук при беге. Приемы восстановления дыхания.

Практическая работа. Ходьба в приседе, ходьба в глубоком приседе, ходьба на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием колена, бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.2. Упражнения для мышц шеи:

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Упражнения для шеи: повороты головы вперед и назад, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.3. Упражнения для плечевого пояса.

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Сведение и разведение лопаток; поочередное и одновременное поднятие и опускание плеч; поочередное и одновременное движение плеч вперед и назад; круговые движения плечами.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.4. Упражнения для рук и плечевого пояса.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – сила. Предварительные и исполнительные части команд; основная стойка. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Движение рук по дуге и по кругу.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.5. Упражнения для мышц туловища.

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Наклоны (стоя, сидя, лежа), круговые движения туловищем.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.6. Упражнения для мышц ног.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – ловкость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Стойки на носках и на одной ноге, полуприседания и приседания, поднимание ноги вперед, в сторону, назад, удержание на максимальной высоте.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.7. Упражнения на развитие гибкости.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – гибкость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Наклоны вперед, назад, вправо, влево, выпады и полу - шпагаты, скрутки лежа, «горка».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.8. Статические упражнения.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – выносливость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Равновесие на одной ноге «ласточка»; стойка на лопатках с опорой рук под спину с заднего полу-кульбита; стойка на голове махом одной ноги или толчком двух ног через группировку; фронтальная затяжка (с опорой).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3. Пластическая акробатика.

3.1. Упражнения на гибкость и растягивание:

Теоретические понятия и термины. Правила растяжки мышц и развития гибкости.

Практическая работа. Складки: складка ноги вместе, складка ноги врозь, складка ноги на ширине плеч, складка ноги на 90 градусов, шпагат на правую левую ногу, поперечный.

«Мосты»: «мост» из положения стоя наклоном назад, подъём с моста.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.2. Основы акробатических упражнений.

Теоретические понятия и термины. Основные понятия: «перекидка» с шага одной ногой с приходом на две ноги, «колесо», «вальсет», «стойка на голове», «стойка на локтях».

Практическая работа. Стойки: выход в стойку на руках махом одной ноги, стойка на груди, стойка на голове и локтях с захватом головы ладонями, махом одной ноги или толчком двух ног, стойка на локтях в полу шпагате.

Перекидки: перекидка на две ноги, медленная перекидка с шага вперед махом одной ноги с приходом на одну ногу с помощью педагога, боковое колесо с места и с вальсета.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4. Оригинальный жанр.

4.1. Вращение хула-хупов.

Теоретические понятия и термины. Правила техники безопасности при работе с хула-хупом, правила ухода и хранения. Техника вращения двух и трех обручей.

Практическая работа. Вращение двух обручей на талии и груди. Вращение двух обручей на ногах, в руке, вращение двух обручей на коленях и поясе. Одновременное вращение трех обручей - на коленях, талии и в руке. «Вертушка». Вращение трёх обручей, один на коленях, два в руках в разные стороны, восьмерка поперечная, продольная.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4.2. Вращение палочек.

Теоретические понятия и термины. Правила техники безопасности при работе с палочками, правила ухода и хранения. Техника вращения палочки.

Практическая работа. Вращение палочки в руках в разных плоскостях, передача из руки в руку во время вращения. Отработка техники вращения.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

5. Эквилибристика на катушках.

Теоретические понятия и термины. Методика исполнения поворотов на катушке. Техника безопасности при работе на возвышении (стол).

Практическая работа. Эквилибристика на одной катушке (на возвышении): выполнение стойки на одной катушке. Заход и сход с катушки, стоящей на возвышении. Выполнение приседаний на катушке на возвышении. Пролезание через обруч, стоя на катушке на возвышении. Вращение палочки, вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке на возвышении. Повороты на одной катушке на полу. Приседание на одно колено на возвышенности, опускание на два колена.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

6. Работа над фрагментом массового номера.

Теоретические понятия и термины. Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (вращение двух, трех хула-хупов, палочки, акробатические связки).

Практическая работа. Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения. Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися. Сводные репетиции.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

7. Концертная деятельность.

Теоретические понятия и термины. Сценическая культура. Культура закулисного общения.

Практическая работа. Концертные выступления: концерт-дебют, отчетный концерт.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, концерт.

Календарный учебный график 2 года обучения

№ п\п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1		1. Вводные занятия	Влияние физических нагрузок на развитие организма. Техника безопасности и правила поведения в классе, в учреждении. Этика общения в коллективе.	1
2.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку	Складки: ноги вместе, ноги врозь на ширине плеч и на 90 градусов.	1
3.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку	Складки: ноги вместе, ноги врозь на ширине плеч и на 90 градусов.	1
4.		5. Эквилибристика на катушках	Методика исполнения поворотов на катушке на полу.	1
5.		2.1. ОФП. Упражнения ходьбы, бега	Разновидности бега.	1
6.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Правила техники безопасности при работе с хула-хупом, правила ухода и хранения. Техника вращения двух обручей на талии и в руке.	1
7.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Правила техники безопасности при работе с хула-хупом, правила ухода и хранения. Техника вращения двух обручей на талии и в руке.	1
8.		3.2. Основы акробатических упражнений	Понятие: «перекидка» с шага одной ногой приход на две ноги. Разучивание упражнения.	1
9.		2.1. ОФП Упражнения ходьбы, бега.	Разновидности ходьбы.	1
10.		3.2. Основы акробатических упражнений.	Стойка на груди.	1
11.		5. Эквилибристика на катушках.	Методика исполнения поворотов на катушке на полу.	1
12.		6. Работа над фрагментами массового номера	Вращение двух обручей в руках последовательность элементов.	1
13.		4.2. Оригинальный жанр. Вращение палочки	Комбинация с палочкой.	1
14.		5.Эквилибристика на катушках	Техника безопасности на столе на одной катушке, заход на одну катушку на столе.	1
15.		6. Работа над фрагментами массового номера	Вращение двух обручей в руках последовательность элементов.	1

16.		3.2. Основы акробатических упражнений	Стойка на груди с удержанием положения.	1
17.		2.2. ОФП. Упражнения для мышц шеи	Комплекс упражнений для шеи.	1
18.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение двух обручей на коленях и талии.	1
19.		3.2. Основы акробатических упражнений	Стойка на голове и локтях с захватом головы ладонями.	1
20.		5.Эквилибристика на катушках	Приседание на одной катушке на столе.	1
21.		2.3. ОФП. Упражнения для плечевого пояса	Комплекс упражнений для плечевого пояса	1
22.		3.1. Упражнения на растяжку и гибкость	Шпагаты: правая - левая нога, поперечный с возвышения.	1
23.		5.Эквилибристика на катушках	Приседание на одной катушке на столе.	1
24.		3.2. Основы акробатических упражнений	Стойка на груди «колечко».	1
25.		2.4. Упражнения для рук	Комплекс упражнений для рук.	1
26.		4.2. Оригинальный жанр. Вращение палочки	Комбинация с палочкой.	1
27.		3.1. Упражнения на растяжку и гибкость	Шпагаты: правая- левая нога, поперечный с возвышения.	1
28.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение двух обручей на коленях и талии увеличение количества вращений.	1
29.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц туловища	Комплекс упражнений для туловища.	1
30.		5.Эквилибристика на катушках	Заход на катушку с палочкой, вращение палочки стоя на одной катушке на столе.	1
31.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение двух обручей на коленях и талии.	1
32.		3.2. Основы акробатических упражнений	Стойка на груди “колечко”с увеличением времени удержания.	1
33.		3.2. Основы акробатических упражнений	Стойка на голове и локтях с захватом головы ладонями	1
34.		6. Работа над фрагментами массового номера	Вращение двух обручей в руках последовательность элементов.	1

35.		6. Работа над фрагментами массового номера	Вращение двух обручей в руках последовательность элементов.	1
36.		2.2. ОФП. Упражнения для мышц шеи	Комплекс упражнений для шеи	1
37.		2.4. Упражнения для рук	Комплекс упражнений для рук	1
38.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение двух обручей на коленях и талии увеличение количества вращений.	1
39.		6. Работа над фрагментами массового номера	Вращение двух обручей в руках последовательность элементов.	1
40.		5. Эквилибристика на катушках	Заход на катушку с палочкой, вращение палочки стоя на одной катушке на столе.	1
41.		2.7. ОФП. Упражнения на развитие гибкости	Наклоны вперед, назад, вправо, влево.	1
42.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Вращение двух обручей на талии и коленях с увеличением количества вращений.	1
43.		2.4. Упражнения для рук	Комплекс упражнений для рук.	1
44.		5. Эквилибристика на катушках	Заход на катушку с палочкой, вращение палочки стоя на одной катушке на столе.	1
45.		3.2. Основы акробатических упражнений	Медленная перекидка с шага вперед махом одной ноги с приходом на одну ногу с помощью педагога.	1
46.		2.8. ОФП. Статические упражнения	Равновесие на одной ноге «ласточка».	1
47.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Методика вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука).	1
48.		3.2. Основы акробатических упражнений	Медленная перекидка с шага вперед махом одной ноги с приходом на одну ногу.	1
49.		3.2. Основы акробатических упражнений	Мост с опусканием на локти.	1
50.		2.7. ОФП. Упражнения на развитие гибкости	Скрутки лежа на полу.	1
51.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов.	1
52.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп	Методика вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука).	1
53.		3.2. Основы	Выход в стойку на локтях в полу шпагат.	1

		акробатических элементов		
54.		2.3. ОФП. Упражнения для плечевого пояса	Комплекс упражнений для плечевого пояса с увеличением количества повторений упражнений.	1
55.		2.8. ОФП. Статические упражнения	Равновесие на одной ноге «ласточка».	1
56.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка синхронности исполнения элементов с обручами.	1
57.		2.7. ОФП. Упражнения на развитие гибкости	Скрутки лежа на полу.	1
58.		5. Эквилибристика на катушках	Заход на катушку с обручем. Вращение обруча на катушке на талии.	1
59.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка синхронности исполнения элементов с обручами.	1
60.		5.Эквилибристика на катушках	Заход на катушку с обручем. Вращение обруча на катушке в руке.	1
61.		2.4. Упражнения для рук	Комплекс упражнений для рук.	1
62.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц туловища	Комплекс упражнений для туловища с увеличением количества повторений.	1
63.		7. Концертная деятельность	Концерт-дебют. Промежуточная аттестация.	1
64.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение одного обруча - «вертушка».	1
65.		2.6. ОФП. Упражнения для ног.	Комплекс упражнений для ног с увеличением количества повторений.	1
66.		3.2. Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях в полу шпагате с удержанием.	1
67.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение одного обруча – «вертушка».	1
68.		3.2. Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях в полу шпагате с увеличением времени удержания.	1
69.		1. Вводные занятия	Техника безопасности и правила поведения в классе, в учреждении. Этика общения в коллективе.	1
70.		6. Работа над фрагментами массового номера	Добавление элементов в комбинацию.	1
71.		5.Эквилибристика на катушках	Заход на катушку с обручем. Вращение обруча на катушке в руке.	1
72.		2.6. ОФП.	Комплекс упражнений для ног с	1

		Упражнения для мышц ног	увеличением темпа.	
73.		5.Эквилибристика на катушке	Вращение вертушки стоя на одной катушке на столе.	1
74.		5.Эквилибристика на катушке	Вращение вертушки стоя на одной катушке на столе.	1
75.		3.2. Основы акробатических упражнений	Стойка на локтях в шпагате.	1
76.		2.5ОФП.Упражнения для мышц туловища	Комплекс упражнений для туловища с увеличением количества повторений.	1
77.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Добавление элементов в комбинацию, отработка синхронности.	1
78.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Добавление элементов в комбинацию.	1
79.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Методика вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука) с увеличением времени удержания.	1
80.		3.2. Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях в шпагате с увеличением времени удержания.	1
81.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Методика вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука) с увеличением времени удержания.	1
82.		2.6. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Стойки на носках и на одной ноге, полуприседания и приседания с увеличением нагрузки.	1
83.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка нужного темпа исполнения.	1
84.		2.8. ОФП. Статические упражнения.	Стойка на лопатках с опорой рук под спину с заднего полукульбита.	1
85.		2.6. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Стойки на носках и на одной ноге, полуприседания и приседания с увеличением нагрузки.	1
86.		5. Эквилибристика на катушке.	Пролезание через обруч стоя на одной катушке с правой и левой ноги.	1
87.		6.Работа над фрагментами массового номера.	Отработка нужного темпа исполнения.	1
88.		3.2. Основы акробатических упражнений	Стойка на локтях в шпагате.	1
89.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку.	«Мост» из положения стоя, с наклоном назад, подъём с моста.	1
90.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хупа.	Вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука) с увеличением времени удержания.	1

91.		5.Эквилибристика на катушке.	Пролезание через обруч стоя на одной катушке с правой и левой ноги.	1
92.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хупа.	Вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука) с увеличением темпа.	1
93.		2.7. ОФП. Упражнения на развитие гибкости.	Комплекс упражнений на развитие гибкости с увеличением нагрузки.	1
94.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хупа.	Вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука) с увеличением темпа.	1
95.		3.2. Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях «мексиканка».	1
96.		2.8. ОФП. Статические упражнения.	Фронтальная затяжка (с опорой).	1
97.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хупа.	Вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука) с увеличением времени удержания.	1
98.		5.Эквилибристика на катушке.	Пролезание через обруч стоя на одной катушке с правой и левой ноги с увеличением темпа.	1
99.		2.7ОФП. Упражнения на развитие гибкости.	Комплекс упражнений на развитие гибкости с увеличением нагрузки.	1
100.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку.	«мост» из положения стоя с наклоном назад, подъем с моста.	1
101.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей на коленях и руках.	1
102.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат на правую левую ногу, поперечный.	1
103.		5. Эквилибристика на катушке.	Пролезание через обруч стоя на одной катушке с правой и левой ноги с увеличением темпа.	1
104.		3.2. Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях «мексиканка» с увеличением удержания.	1
105.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися.	1
106.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей на коленях и руках метод восьмерки горизонтальной.	1
107.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку.	«Мост» из положения стоя с наклоном назад, подъем с моста.	1
108.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц туловища.	Комплекс упражнения для туловища с увеличением нагрузки.	1
109.		2.8.ОФП. Статические упражнения.	Фронтальная затяжка с увеличением времени удержания (правая левая нога)	1
110.		5.Эквилибристика на катушке.	Пролезание через обруч стоя на катушке, обруч сверху.	1

111.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей на коленях и руках метод восьмерки горизонтальной.	1
112.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися.	1
113.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей на коленях и руках метод восьмерки горизонтальной.	1
114.		2.8. ОФП. Статические упражнения.	Стойка на лопатках с опорой рук под спину с заднего полукульбита.	1
115.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей на коленях и руках метод восьмерки горизонтальной.	1
116.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1
117.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хупа.	Вращения трех обручей одновременно (колени, талия, рука) с увеличением времени удержания.	1
118.		3.2. Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях шпагат, полу шпагат, мексиканка.	1
119.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат на правую левую ногу, поперечный.	1
120.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка связок для массового номера.	1
121.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей, один на коленях, два в руках в разные стороны, восьмерка поперечная, продольная.	1
122.		5.Эквилибристика на катушке.	Пролезание через обруч стоя на катушке с правой- левой ноги и через верх.	1
123.		5.Эквилибристика на катушке.	Пролезание через обруч стоя на катушке с правой- левой ноги и через верх.	1
124.		3.2Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях в шпагате, полу шпагате, мексиканке с увеличением времени удержания.	1
125.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Соединение связок. Отработка синхронности исполнения движений.	1
126.		7. Концертная деятельность.	Отчетный концерт.	1
127.		3.1. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат на правую левую ногу, поперечный с возвышенности.	1
128.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей с увеличением количества времени удержания.	1
129.		5. Эквилибристика на катушке.	Приседание на одно колено на возвышенности.	1

130.	5.Эквилибристика на катушке.	Приседание на одно колено на возвышенности.	1
131.	2.7. ОФП.Упражнения на развитие гибкости.	Комплекс упражнений на гибкость с увеличением темпа и нагрузки.	1
132.	4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех обручей, один на коленях, два в руках в разные стороны, восьмерка поперечная, продольная.	1
133.	5.Эквилибристика на катушке.	Приседание на правое, левое колено на одной катушке на столе.	1
134.	5.	Приседание на правое, левое колено на одной катушке на столе.	1
135.	5. Эквилибристика на катушке.	Вращение трех обручей.	1
136.	6. Работа над фрагментами массового номера.	Соединение связок. Отработка синхронности исполнения движений.	1
137.	5. Эквилибристика на катушке.	Опускание на два колена на катушке.	1
138.	5. Эквилибристика на катушке.	Опускание на два колена на катушке.	1
139.	3.2. Основы акробатических упражнений.	Боковое колесо с места.	1
140.	6. Работа над фрагментами массового номера.	Соединение связок. Отработка темпа исполнения движений.	1
141.	5.Эквилибристика на катушке.	Поворот на одной катушке на полу.	1
142.	3.2. Основы акробатических упражнений.	Боковое колесо с места и с вальсета.	1
143.	7. Концертная деятельность.	Отчетный концерт.	1
144.	7. Концертная деятельность.	Отчётный концерт. Промежуточная аттестация.	1
Всего часов:			144

Учебно-тематический план 3 года обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводные занятия	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.	Общая физическая подготовка:	30	
2.1	Упражнения для мышц шеи	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.2	Упражнения для плечевого пояса	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.3	Упражнения для рук	2	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.4	Упражнения для мышц туловища	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.5	Упражнения для мышц ног	9	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.6	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	9	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.	Пластическая акробатика:	40	
3.1	Основы акробатических упражнений	11	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.2	Элементы пластики	12	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.3	Упражнения на гибкость и растягивание	17	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.	Оригинальный жанр. Вращение хула-хупов	29	педагогическое наблюдение, практическое задание
5.	Эквилибристика:	54	
5.1	На катушках	28	педагогическое наблюдение, практическое задание
5.2	На моноцикле	26	педагогическое наблюдение, практическое задание
6.	Работа над фрагментом номера	19	педагогическое наблюдение, практическое задание концерт
7.	Концертная деятельность	6	педагогическое наблюдение, концерт
Итого часов:		180	

Содержание 3 года обучения

1. Вводные занятия.

Теоретические понятия и термины. Работа с теоретическим материалом. Знакомство с целями и задачами курса обучения. Инструктаж по технике безопасности. Название реквизита и его применение. Правила пользования, ухода и хранения реквизита.

Практическая работа. Игры на сплочение коллектива «Поиск общего», «У кого - поменяйтесь».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игра.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

2. Общая физическая подготовка.

Практическая работа. Развивающие упражнения с увеличением нагрузки и темпа выполнения.

2.1. Упражнения для мышц шеи.

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Повороты головы вперед и назад, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.2. Упражнения для плечевого пояса.

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Сведение и разведение лопаток; поочередное и одновременное поднимание и опускание плеч; поочередное и одновременное движение плеч вперед и назад; круговые движения плечами.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.3. Упражнения для рук.

Теоретические понятия и термины. Предварительные и исполнительные части команд; основная стойка. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Движение рук по дуге и по кругу.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.4. Упражнения для мышц туловища.

Теоретические понятия и термины. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Наклоны (стоя, сидя, лежа), круговые движения туловищем.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.5. Упражнения для мышц ног.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – ловкость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Стойки на носках и на одной ноге, полуприседания и приседания, поднимание ноги вперед, в сторону, назад, удержание на максимальной высоте.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.6. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

Теоретические понятия и термины. Физические качества человека – ловкость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Отжимание с узкой постановкой рук («кузнечик»), подтягивание в висе, угол в висе, поднимание ног в угол, угол ноги вместе, угол ноги врозь (при и.п. сидя на полу).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3. Пластическая акробатика.

3.1. Основы акробатических упражнений.

Теоретические понятия и термины. Методика выполнения стойки на руках, медленной перекидки назад.

Практическая работа. Стойка на руках махом одной ноги с фиксацией, медленная перекидка вперед с шага с приходом на одну ногу, медленная перекидка назад с «моста» махом одной ноги, стойка на локтях прямая без помощи педагога.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.2. Элементы пластики.

Теоретические понятия и термины. Методика исполнения перекидки назад, понятие исполнения «мексиканки» стойка на груди, прогнувшись, стойка на локтях в полу-шпагате и шпагате, стойка на локтях в «мексиканке» (с помощью педагога).

Практическая работа. Изучение перекидки назад, понятие исполнения «мексиканки» стойка на груди, прогнувшись, стойка на локтях в полу-шпагате и шпагате, стойка на локтях в «мексиканке» (с помощью педагога).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.3. Упражнения на гибкость и растягивание.

Теоретические понятия и термины. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Шпагат скольжением назад или вперед. Шпагат в провисе. Равновесие на одной ноге, другая в затяжке. Фронтальная затяжка (без опоры). «Корзинка», «лягушка».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4. Оригинальный жанр (вращение хула-хупов)

Теоретические понятия и термины. Техника вращения четырех обручей.

Практическая работа. Отработка элементов хула-хуп. Игра с обручами (хула-хупы): вращение трех хула-хупов одновременно на коленях, талии и на груди. Вращение трех хула-хупов одновременно на талии, груди и руке. Вращение трех хула-хупов одновременно колени, груди, руке. Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке. Подготовка комбинаций для номера.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

5. Эквилибристика.

5.1. Эквилибристика на катушках.

Теоретические понятия и термины. Методика исполнения поворотов на катушке. Техника Безопасности при работе на возвышение (стол).

Практическая работа. Освоение всех элементов на одной катушке на столике. Заход на две катушки с опорой. Приседания на двух катушках, заход и сход с двух катушек. Пролезание через маленький обруч на двух катушках. Заход на три катушки с опорой и без опоры. Приседания, зайти и сойти с трех катушек, пролезть через маленький обруч.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

5.2. Эквилибристика на моноциклах.

Теоретические понятия и термины. Методика исполнения езды на моноцикле. Техника безопасности при работе с моноциклом.

Практическая работа. Езда с опорой по прямой. Езда без опоры по прямой. Заход без опоры. Езда на моноцикле по кругу влево вправо, по диагонали.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

6. Работа над фрагментами номеров.

Теоретические понятия и термины. Изучение последовательности элементов массового номера (групповая акробатика, эквилибристика на катушках, вращение хула-хупов).

Практическая работа. Последовательность элементов, виды связок, темп. Отработка согласованности движений с другими учащимися. Синхронность движений. Отработка чистоты и четкости элементов, соединение связок с переходами.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

7. Концертная деятельность.

Теоретические понятия и термины. Правила поведения на сцене, правила закулисного общения.

Практическая работа. Концертные выступления: концерт-дебют, отчетный концерт.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, выступление, самостоятельная работа.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, концерт.

Календарный учебный график 3 года обучения

№ п/п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1		1. Вводные занятия.	Инструктаж по технике безопасности. Название реквизита и его применение. Правила пользования, хранения реквизита.	1
2.		2.1. ОФП. Упражнения для мышц шеи.	Упражнения для шеи: повороты шеи вперед и назад, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу.	1
3.		3.2. Элементы пластики.	Методика исполнения перекидки назад, понятие исполнения «мексиканки» стойка на груди.	1
4.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Методика исполнения езды на моноцикле. Техника безопасности при работе с моноциклом.	1
5.		2.1. ОФП. Упражнения для мышц шеи.	Упражнения для шеи: повороты шеи вперед и назад, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу.	1
6.		2.2. ОФП. Упражнения для плечевого пояса.	Сведение и разведение лопаток; поочередное и одновременное поднимание и опускание плеч.	1
7.		3.3. Упражнения на гибкость и растягивание.	Исходные положения и техника выполнения упражнений.	1
8.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула- хуп.	Техника вращения четырех обручей.	1
9.		2.2. ОФП. Упражнения для плечевого пояса.	Поочередное и одновременное движение плеч вперед и назад; круговые движения плечами.	1
10.		3.3. Упражнения на гибкость и растягивание.	Исходные положения и техника выполнения упражнений.	1
11.		2.3ОФП.Упражнения для рук.	Комплекс упражнений для рук.	1
12.		3.3 Упражнения на гибкость и растягивание.	Шпагат скольжением назад или вперед.	1
13.		5.1. Эквилибристика на катушке.	Методика исполнения поворотов на катушке. Техника Безопасности при работе на возвышение (стол).	1
14.		2.3. ОФП. Упражнения для рук.	Комплекс упражнений для рук с увеличением темпа.	1
15.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-	Техника вращения четырех обручей.	1

		хуп.		
16.		2.4. ОФП. Упражнения для мышц туловища.	Наклоны (стоя, сидя, лежа), круговые движения туловищем.	1
17.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда с опорой по прямой.	1
18.		3.2. Элементы пластики.	Методика исполнения перекидки назад, понятие исполнения «мексиканки» стойка на груди, прогнувшись.	1
19.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Стойки на носках и на одной ноге.	1
20.		5.1. Эквилибристика на катушке.	Методика исполнения поворотов на катушке. Техника Безопасности при работе на возвышение (стол).	1
21.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Отжимание с узкой постановкой рук («кузнечик»).	1
22.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Методика выполнения стойки на руках, медленной перекидки назад.	1
23.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда с опорой по прямой.	1
24.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Полуприседания и приседания.	1
25.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда с опорой по прямой	1
26.		2.4. ОФП. Упражнения для мышц туловища.	Наклоны (стоя, сидя, лежа), круговые движения туловищем.	1
27.		5.1. Эквилибристика на катушке.	Освоение всех элементов на одной катушке на столике.	1
28.		3.2. Элементы пластики.	Стойка на локтях в полу-шпагате и шпагате, стойка на локтях в «мексиканке» (с помощью педагога)	1
29.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Подтягивание в виси.	1
30.		5.1. Эквилибристика на катушке.	Освоение всех элементов на одной катушке на столике.	1
31.		2.4. ОФП. Упражнения для мышц туловища.	Комплекс упражнений для туловища.	1
32.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Отработка элементов хула-хуп.	1
33.		3.2. Элементы пластики.	Стойка на локтях в полу-шпагате и шпагате, стойка на локтях в «мексиканке».	1

34.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Поднимание ноги вперед, в сторону, назад,	1
35.		4.Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Отработка элементов хула-хуп.	1
36.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Поднимание ног в угол.	1
37.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда с опорой по прямой.	1
38.		3.3. Упражнения на развитие гибкости и растяжку.	Шпагат скольжением назад или вперед. Шпагат в провисе.	1
39.		4.Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Игра с обручами (хула-хупы): вращение трех хула-хупов одновременно на коленях, талии и на груди.	1
40.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда с опорой по прямой.	1
41.		6.Работа над фрагментами номера.	Изучение последовательности элементов массового номера. (групповая акробатика).	1
42.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Стойка на руках махом одной ноги с фиксацией.	1
43.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Заход на две катушки с опорой.	1
44.		2.4. ОФП. Упражнения для мышц туловища.	Комплекс упражнений для туловища с увеличением темпа.	1
45.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Заход на две катушки с опорой.	1
46.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Игра с обручами (хула-хупы): вращение трех хула-хупов одновременно на коленях, талии и на груди с увеличением темпа.	1
47.		5.2 Эквилибристика на моноцикле.	Езда с опорой по прямой.	1
48.		3.2. Элементы пластики.	Стойка на локтях в полу шпагате с удержанием 8 счетов.	1
49.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Угол в висе, поднимание ног в угол, угол ноги вместе.	1
50.		5.2 Эквилибристика на моноцикле.	Езда с опорой по прямой	1
51.		6.Работа над фрагментами массового номера.	Изучение последовательности элементов номера эквилибр на катушках.	1
52.		3.3. Упражнения на развитие гибкости и растяжку.	Равновесие на одной ноге, другая в затяжке.	1

53.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Стойка на руках махом одной ноги с фиксацией.	1
54.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Поднимание ноги вперед, в сторону, назад, удержание на максимальной высоте.	1
55.		3.3. Упражнения на развитие гибкости и растяжку.	Равновесие на одной ноге, другая в затяжке.	1
56.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех хула-хупов одновременно на талии, груди и руке.	1
57.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Приседания на двух катушках,	1
58.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда без опоры по прямой.	1
59.		2.4. ОФП. Упражнения для мышц туловища.	Комплекс упражнений для туловища.	1
60.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Приседания на двух катушках,	1
61.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Комплекс упражнений для ног.	1
62.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда без опоры по прямой.	1
63.		3.2. Элементы пластики.	Стойка на груди (мексиканка, колечко).	1
64.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех хула-хупов одновременно на талии, груди и руке.	1
65.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда без опоры по прямой.	1
66.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Последовательность элементов, виды связок, темп.	1
67.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех хула-хупов одновременно колени, груди, руке.	1
68.		3.3 Упражнения на гибкость и растяжку.	Фронтальная затяжка (без опоры).	1
69.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Угол ноги врозь (при и.п. сидя на полу).	1
70.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех хула-хупов одновременно колени, груди, руке.	1
71.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка согласованности движений с другими учащимися.	1

72.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Приседания на двух катушках, заход и сход с двух катушек.	1
73.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Медленная перекидка вперед с шага с приходом на одну ногу,	1
74.		7. Концертная деятельность.	Концерт-дебют. Промежуточная аттестация.	1
75.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Приседания на двух катушках, заход и сход с двух катушек.	1
76.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Комплекс упражнений для ног с увеличением нагрузки.	1
77.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда без опоры по прямой.	1
78.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Медленная перекидка вперед с шага с приходом на одну ногу,	1
79.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение трех хула-хупов одновременно колени, груди, руке.	1
80.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда без опоры по прямой.	1
81.		1. Вводные занятия.	Инструктаж по технике безопасности. Правила пользования, ухода и хранения реквизита.	1
82.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
83.		3.2. Элементы пластики.	Стойка на локтях шпагат, полу шпагат, мексиканка с удержанием 8 счетов.	1
84.		3.3. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат в провисе.	1
85.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
86.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Угол ноги вместе, угол ноги врозь (при и.п сидя на полу).	1
87.		6. Работа над фрагментами номеров.	Синхронность движений.	1
88.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Медленная перекидка назад с «моста» махом одной ноги	1
89.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Угол ноги вместе, угол ноги врозь (при и.п сидя на полу).	1
90.		6. Работа над фрагментами	Синхронность движений.	1

		номеров.		
91.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке синхронно всей группой.	1
92.		5.1 Эквилибристика на катушках.	Приседания на двух катушках, заход и сход с двух катушек.	1
93.		5.2 Эквилибристика на моноцикле.	Езда без опоры по прямой, заход сход с опорой.	1
94.		6. Работа над фрагментами номеров.	Отработка чистоты и четкости элементов.	1
95.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Медленная перекидка назад с «моста» махом одной ноги.	1
96.		2.4. ОФП. Упражнения для мышц туловища.	Комплекс упражнений для туловища с темповой нагрузкой.	1
97.		5.1. Эквилибристика на катушках	Пролезание через маленький обруч на двух катушках.	1
98.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Заход без опоры.	1
99.		2.5 Упражнения для мышц ног.	Комплекс упражнений для ног с темповой нагрузкой.	1
100.		5.1. Эквилибристика на катушках	Пролезание через маленький обруч на двух катушках.	1
101.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
102.		6. Работа с фрагментами массового номера.	Отработка синхронности, четкости движений.	1
103.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Пролезание через обруч с правой и левой ноги.	1
104.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Отжимание с узкой постановкой рук («кузнечик»), подтягивание в висе.	1
105.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Пролезание через обруч с правой и левой ноги.	1
106.		6. Работа над фрагментами номера.	Последовательность элементов, виды связок, темп. Отработка согласованности движений с другими учащимися.	1
107.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
108.		3.1. Основы акробатических упражнений	Стойка на локтях прямая без помощи педагога.	1
109.		3.3 Упражнения на развитие гибкости и растяжку.	Шпагаты. «Корзинка».	1

110.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
111.		2.6. ОФП. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Поднимание ног в угол, угол ноги вместе.	1
112.		5.2. Эквилибристика на моноцикле	Заход без опоры.	1
113.		3.3. Упражнения на развитие гибкости и растяжку.	Шпагат скольжением назад или вперед. Шпагат в провисе.	1
114.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Отработка элементов хула-хуп.	1
115.		5.2. Эквилибристика на моноцикле	Заход без опоры.	1
116.		6. Работа над фрагментами номера.	Отработка чистоты и четкости элементов, соединение связок с переходами.	1
117.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Пролезание на двух катушках обруч сверху.	1
118.		3.3 Упражнения на развитие гибкости и растяжку.	«Корзинка», «лягушка».	1
119.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Полуприседания и приседания, поднимание ноги вперед, в сторону, назад, удержание на максимальной высоте.	1
120.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Пролезание на двух катушках обруч сверху.	1
121.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Отработка элементов хула-хуп.	1
122.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда на моноцикле по кругу влево.	1
123.		4.Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
124.		6. Работа над фрагментами номеров.	Соединение связок с переходами.	1
125.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда на моноцикле по кругу влево.	1
126.		7. Концертная деятельность.	Концерт.	1
127.		3.3. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат скольжением назад или вперед. Шпагат в провисе.	1
128.		6. Работа над фрагментами номера.	Отработка чистоты и четкости элементов, соединение связок с переходами.	1
129.		2.5. ОФП. Упражнения для мышц ног.	Комплекс упражнений для ног с увеличением нагрузки.	1

130.		3.3. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат скольжением назад или вперед. Шпагат в провисе.	1
131.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
132.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Пролезание через обруч на двух катушках.	1
133.		3.2. Элементы пластики.	Исполнения «мексиканки» стойка на груди.	1
134.		2.6. ОФП. Упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	Поднимание ног в угол, угол ноги вместе, угол ноги врозь (при и.п. сидя на полу).	1
135.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Пролезание через обруч на двух катушках.	1
136.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Изучение последовательности элементов массового номера вращение хула-хупов.	1
137.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда на моноцикле по кругу вправо.	
138.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Стойка на локтях прямая без помощи педагога.	
139.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Подготовка комбинаций для номера.	1
140.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда на моноцикле по кругу вправо.	1
141.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Медленная перекидка вперед с шага с приходом на одну ногу.	1
142.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Заход на три катушки с опорой.	1
143.		3.2. Элементы пластики.	Стойка на локтях шпагат, полу шпагат, мексиканка с фиксацией 8 счетов.	1
144.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка чистоты и четкости элементов, соединение связок с переходами.	1
145.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Заход на три катушки с опорой.	1
146.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке.	1
147.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда на моноцикле по кругу влево вправо.	1
148.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Заход на три катушки с опорой.	1
149.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Последовательность элементов, виды связок, темп.	1
150.		5.2. Эквилибристика	Езда на моноцикле по кругу влево вправо.	1

		на моноцикле.		
151.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Подготовка комбинаций для номера.	1
152.		3.3. Упражнения на гибкость и растяжку.	Равновесие на одной ноге, другая в затяжке. Фронтальная затяжка (без опоры).	1
153.		5.1 Эквилибристика на катушках.	Заход на три катушки без опоры.	1
154.		7. Концертная деятельность.	Отчетный концерт.	1
155.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Заход на три катушки без опоры.	1
156.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка чистоты и четкости элементов, соединение связок с переходами.	
157.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Заход без опоры. Езда на моноцикле по кругу влево вправо.	1
158.		3.2. Элементы пластики.	Стойка на груди мексиканка, колечко с удержанием по 8 счетов.	1
159.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Подготовка комбинаций для номера.	
160.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Заход без опоры. Езда на моноцикле по кругу влево вправо.	1
161.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Подготовка комбинаций для номера.	1
162.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Стойка на руках махом одной ноги с фиксацией.	1
163.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Приседания, зайти и сойти с трех катушек.	1
164.		6. Работа над фрагментами номера.	Синхронность движений.	1
165.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Приседания, зайти и сойти с трех катушек.	1
166.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Вращение четырех хула-хупов одновременно на коленях, талии, груди и в руке с увеличением продолжительности времени.	1
167.		3.3. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат скольжением назад или вперед. Шпагат в провисе.	
168.		5.2 Эквилибристика на моноцикле.	Езда на моноцикле по диагонали.	1
169.		6. Работа над фрагментами номера.	Синхронность движений.	1
170.		3.3. Упражнения на гибкость и растяжку.	Шпагат скольжением назад или вперед. Шпагат в провисе.	1
171.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Подготовка комбинаций для номера.	1
172.		5.1. Эквилибристика	Приседания, зайти и сойти с трех катушек,	1

		на катушках.	пролезть через маленький обруч.	
173.		3.2. Основы пластики.	Стойка на локтях, стойка на груди.	1
174.		5.1. Эквилибристика на катушках.	Приседания, зайти и сойти с трех катушек, пролезть через маленький обруч.	1
175.		5.2. Эквилибристика на моноцикле.	Езда на моноцикле по диагонали.	1
176.		3.1. Основы акробатических упражнений.	Медленная перекидка вперед с шага с приходом на одну ногу, медленная перекидка назад с «моста» махом одной ноги	1
177.		4. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Отработка элементов хула-хуп.	1
178.		6. Работа над фрагментами номера.	Отработка чистоты и четкости элементов.	1
179.		7. Концертная деятельность.	Отчётный концерт. Итоговая аттестация.	1
180.		7. Концертная деятельность.	Отчётный концерт. Итоговая аттестация.	1
Итого часов				108

Контрольно-оценочные средства

Формы контроля и подведения итогов реализации ОМ «Жанры циркового искусства» (стартовый уровень)

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Текущий контроль		
В течение всего учебного года.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности учащихся к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности учащихся в обучении. Выявление учащихся, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения, самостоятельная работа, выступление.
Промежуточная аттестация		
По окончании изучения темы или раздела. В конце полугодия.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения, самостоятельная работа.
Итоговая аттестация		
В конце учебного года.	Определение изменения уровня развития учащихся, их способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальнейшее обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения, самостоятельная работа, выступление.

Критерии оценки результативности образовательного модуля

Критерии	Степени выраженности критерия	Баллы
Достижение личностных результатов		
Сформированность мотивации к занятиям цирковым искусством	- проявляет устойчивый интерес к занятиям цирковым искусством; - стремится найти дополнительную информацию; выходит за пределы изучаемого материала	8-10
	- проявляет интерес к новому; - интерес не выходит за пределы изучаемого материала	4-7
	- практически не проявляет интерес к занятиям гимнастикой, фитнесом, общей физической подготовкой; - часто пропускает учебные занятия без уважительной причины	0-3
Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни	- владеет представлениями о безопасном и здоровом образе жизни; - имеет положительную мотивацию к безопасному и здоровому образу жизни;	8-10

	- занимает осознанно активную позицию	
	- владеет представлениями о безопасном и здоровом образе жизни; - проявляет положительное отношение к безопасному и здоровому образу жизни, однако занимает пассивную позицию	4-7
	- мотивация к безопасному и ЗОЖ у учащегося не сформирована, либо учащийся признаёт необходимость ведения безопасного и ЗОЖ, но в структуре мотивов данная мотивация занимает второстепенное положение	0-3
Сформированность этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	- проявляет уважительное и доброжелательное отношение к другим людям и их мнению, эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей	8-10
	- проявляет уважительное отношение к другим людям; - недостаточно отзывчив, не всегда учитывает другие мнения	4-7
	- проявляет безразличное, иногда негативное отношение к другим людям, не учитывает другие мнения	0-3
Сформированность навыков личностной рефлексии	- способен анализировать свои собственные действия, поступки, мотивы и соотносить их с общечеловеческими ценностями, действиями, поступками людей; - осознанно осуществляет рефлексивную деятельность, испытывает потребность в рефлексии	8-10
	- способен анализировать свои собственные действия, поступки, мотивы и соотносить их с общечеловеческими ценностями, действиями, поступками людей при организующей роли педагога	4-7
	- не стремится анализировать свои собственные действия, поступки, мотивы и соотносить их с общечеловеческими ценностями, действиями, поступками людей	0-3
Самоопределение		
Смыслообразование (установление связи между целью деятельности и её мотивом)	- способен сосредотачиваться на выполняемом деле, стремится к его завершённости, преодолевает препятствия, возникающие в процессе деятельности	8-10
	- стремится к завершению начатого дела, способен сосредотачиваться на выполняемом деле; - при помощи со стороны педагога преодолевает препятствия, возникающие в процессе деятельности	4-7
	- с трудом сосредотачивается на выполняемом деле, легко отвлекается, не стремится доводить дело до конца; - при возникновении препятствий бросает выполняемую работу	0-3
Достижение метапредметных результатов		
Коммуникативные универсальные учебные действия		
Сформированность умений учебного сотрудничества	- договаривается о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходит к общему с партнёрами по деятельности решению; - формулирует и аргументирует собственное мнение, учитывает мнения, отличные от собственного; - проявляет позитивное отношение к совместной	8-10

	деятельности	
	<ul style="list-style-type: none"> - договаривается о распределении и функций и ролей в совместной деятельности, может сформулировать своё мнение; - не всегда готов учитывать мнения, отличные от собственного; - к совместной деятельности проявляет нейтральное или позитивное отношение 	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> - включается в диалог, при групповой работе не активен; - при распределении функций и ролей нуждается в помощи извне; - недостаточно чётко формулирует высказывания, собственное мнение не аргументирует, «навязывает» другим; - проявляет нейтральное или отрицательное отношение к совместной деятельности 	0-3
Сформированность умения разрешать конфликты в процессе сотрудничества (конфликтная компетентность)	<ul style="list-style-type: none"> - мотивирован на конструктивное разрешение конфликта, стремится самостоятельно, внутри группы разрешить конфликт - анализирует конфликтную ситуацию, выделяет проблему/причину, ищет и оценивает способы разрешения конфликта, прикладывает усилия к разрешению конфликта 	8-10
	<ul style="list-style-type: none"> - стремится разрешить конфликт, однако не всегда адекватно оценивает конфликтную ситуацию; - стремится привлечь педагога к разрешению конфликта, не всегда выбирает эффективную тактику поведения в конфликтной ситуации 	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> - отстраняется от разрешения конфликта, в процессе конфликта выбирает неэффективную тактику поведения; - в конфликтной ситуации (агрессивен, безразличен); - переносит конфликт за пределы учебной ситуации на межличностные отношения 	0-3
Познавательные универсальные учебные действия		
Креативность в выполнении практических заданий	<ul style="list-style-type: none"> - учащийся решает задачи творческого и поискового характера, способен выполнять действия и практические задания, внося собственные разнообразные вариации, свободно импровизирует, отталкиваясь от внешних и внутренних стимулов 	8-10
	<ul style="list-style-type: none"> - выполняет действия и практические задания, внося собственные вариации, импровизирует, отталкиваясь от внешних стимулов 	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> - выполняет действия на основе образца, иногда с небольшими вариациями 	0-3
Сформированность навыков постановки и решения проблем	<ul style="list-style-type: none"> - умеет самостоятельно анализировать и формулировать учебную проблему, оценивать предлагаемые решения, соотносить своё решение с возможными вариантами других учащихся, выбирать наиболее эффективные для данного типа задачи; - способен самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем творческого и поискового характера 	8-10

	- самостоятельно не может проанализировать и сформулировать учебную проблему, нуждается в помощи педагога; - как правило, может самостоятельно найти решение для обозначенной проблемы, соотнести своё решение с возможными вариантами других учащихся	4-7
	- не может самостоятельно увидеть проблему, найти пути решения, прийти к решению проблемы может исключительно при организующей помощи педагога	0-3
Регулятивные универсальные учебные действия		
Сформированность способности принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности	- принимает и сохраняет цель и задачи деятельности/участвует в их формулировке, находит пути и средства её достижения	8-10
	- принимает и удерживает цель и задачи деятельности иногда нуждается в стимулирующей и организующей помощи педагога	4-7
	- отвлекается, «упускает» поставленную перед ним цель, стимулирующая и организующая помощь педагога малоэффективна	0-3
Сформированность умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности	- на основе действия самоконтроля (т.е. сличения способа действия и его результата с заданным эталоном для обнаружения отклонений и отличий от эталона), анализа условий деятельности, определяет причины успеха/неуспеха деятельности, может сформулировать вывод; - способен конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха	8-10
	- не всегда верно определяет причины успеха/неуспеха деятельности, иногда интуитивно, без анализа собственной деятельности и анализа условий; - при организующей роли педагога способен конструктивно действовать в ситуациях неуспеха	4-7
	- видит лишь внешние причины неуспешности своей деятельности, обвиняет в других или обстоятельствах; - не способен конструктивно действовать в ситуации неуспеха	0-3
Результаты по направленности (профилю) образовательного модуля		
Теоретическая подготовка		
Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	8-10
	- освоил знания в объёме более 1/2 объёма знаний, предусмотренных программой	4-7
	- овладел менее чем 1/2 объёма знаний, предусмотренных программой	0-3
Владение специальной терминологией	- осознанно и правильно употребляет специальные термины, в полном соответствии с их содержанием	8-10
	- сочетает специальную терминологию с бытовой	4-7
	как правило, избегает употреблять специальные термины, либо употребляет с искажённым пониманием смысла	0-3
Практическая подготовка		
Соответствие	- учащийся освоил практически весь объём умений и навыков,	8-10

практических умений и навыков программным требованиям	предусмотренных программой в конкретный период	
	- учащийся освоил более ½ объема умений, предусмотренных программой	4-7
	- учащийся овладел менее чем ½ объема умений, предусмотренных программой	0-3
Владение специальным оборудованием и оснащением	- работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей, соблюдая правила техники безопасности	8-10
	- работает с оборудованием с помощью педагога, как правило, соблюдает правила техники безопасности	4-7
	- испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием, не соблюдает правила техники безопасности	0-3

Уровень достижения трёх групп планируемых результатов по образовательному модулю определяется, исходя из среднего значения по всем критериям каждой группы планируемых результатов:

- повышенный уровень - от 8 до 10 баллов;
- базовый уровень - от 4 до 7 баллов;
- пониженный уровень от 0 до 3 баллов.

Условия реализации образовательного модуля

Материально-техническое обеспечение

Для эффективной реализации образовательного модуля необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- сцена (размеры – 9 х 12 м, высота 8-9м);
- балетный зал со станками;
- отдельные раздевалки для мальчиков и девочек;
- магнитофон, CD - диски, DVD – диски, USB- носитель;
- телевизор, DVD - проигрыватель.

Цирковой реквизит

Раздел (жанр)	Перечень реквизита
Эквилибристика	<ul style="list-style-type: none">– моноциклы - 9 шт.;– горизонтальные и вертикальные катушки;– столы;– досточки;– маленький обруч - 9 шт.
Акробатика	<ul style="list-style-type: none">– маты;– дорожки;– гимнастические коврики - 15 шт.
Оригинальный жанр	<ul style="list-style-type: none">– хула-хупы - 82 шт.;– палочки - 18 шт.

Для учащихся необходима специальная одежда: легкая, мягкая обувь, обеспечивающая свободу движений (чешки, балетки); лосины и гимнастический купальник. Для выступлений необходимы концертные костюмы.

Учебно-методическое обеспечение

Раздел программы	Учебно-методические материалы
Жанры циркового искусства	Наглядный материал «Элементы акробатики», Наглядный материал «Элементы оригинального жанра» Наглядный материал «Элементы эквилибристики».
Элементы массового номера	Наглядный материал фото-видео массовых номеров. видеозапись выступлений студии с номерами.

Кадровое обеспечение

Образовательный модуль реализует педагог дополнительного образования, владеющий жанрами циркового искусства: пластическая акробатика, эквилибристика, оригинальный жанр.

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон № 273-ФЗ : [принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года : одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года]. – Москва : Эксмо, 2023. - 224 с. – Текст : непосредственный.
2. О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года: Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474. – Текст : электронный // Администрация президента: официальный сайт. - URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45726> (дата обращения: 30.05.2024).
3. Российская Федерация. Правительство. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года : [утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р]. - Текст : электронный // Правительство Российской Федерации : официальный сайт. – URL: <http://static.government.ru/media/files/3fIgkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf> (дата обращения: 30.05.2024).
4. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам: Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629. - URL: <https://www.garant.ru/hotlaw/federal/1568418/> (дата обращения: 30.05.2024). - Режим доступа: Информационно-правовой портал Гарант.Ру. – Текст : электронный.
5. Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»: Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 - Текст: электронный // Российская газета – 2020. – 22 дек. – URL: <https://rg.ru/2020/12/22/rospotrebnadzor-post28-site-dok.html> (дата обращения: 30.05.2024).
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: утв .распор. Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р. - Текст : электронный // Российская газета. – 2015. - Федеральный выпуск № 122(6693) - URL: <https://rg.ru/2015/06/08/vospitanie-dok.html> (дата обращения: 30.05.2024).
7. О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»): письмо Минобрнауки РФ

от 18.11.2015 № 09-3242. - URL:
http://www.consultant.ru/document/Cons_doc_LAW_253132/02141b8dbdc2aba2883123b07d337c93806bad46 (дата обращения: 30.05.2024). - Режим доступа:
Система правовой поддержки Консультант Плюс: - Текст : электронный.

Список литературы для педагога:

1. Баринов, В. А. Художественно-образная структура циркового искусства / В. А. Баринов. – Москва : Авторское издание, 2015. - 912 с.
2. Brent, Джим Судьба акробата / Джим Brent. – Москва : Искусство, 2013. 288 с.
3. Гуревич, З. Б. Эквилибристика / З. Б. Гуревич. – Москва : Искусство, 2016. - 180 с.
4. Гуревич, З. О жанрах советского цирка / З. Гуревич. – Москва : Искусство, 2015. - 280 с.
5. Дмитриев, Ю. Русский цирк / Ю. Дмитриев. – Москва : Искусство, 2015. - 264 с.
6. Игнащенко, А. М. Акробатика / А. М. Игнащенко. – Москва : Книга по Требованию, 2012. - 157 с.
7. Колюцкий, В. Н. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие / В. Н. Колюцкий, И. Ю. Кулагина. – Москва : Трикта, 2019.
8. Кривопащенко, Е. И. Проектирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: методические рекомендации / Е. И. Кривопащенко, Л. А. Кучегура. – Омск : БОУ ДПО «ИРООО», 2019. - 38 с.
9. Кузнецов, Е. Цирк. Происхождение, развитие, перспективы / Е. Кузнецов. – Москва : Academia, 2019. - 448 с.
10. Макаров, С. М. Искусство цирка в России. От Императорского цирка до цирка братьев Никитиных / С. М. Макаров. – Москва : Либроком, 2013. - 304 с.
11. Навыки XXI века / Международный методический центр «Навыки XXI. Академия педагогического мастерства»: [сайт]. - URL: <http://akadem.irooo.ru/navyki-xxi-veka> (дата обращения: 30.05.24).
12. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А. М.Тарасова, М. М.Лобода; под общ. ред .Н. Н. Рыбаковой. – Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
13. Славский, Р. Виталий Лазаренко / Р. Славский. – Москва : Искусство, 2018. - 328 с.

14. Шляпин, Л. Цирк любителей / Л. Шляпин. – Москва : Искусство, 2020. - 136 с.

15. Шнеер, А. Я. Цирк. Маленькая энциклопедия / А. Я. Шнеер, Р. Е. Славский. – Москва : Советская Энциклопедия, 2016. - 376 с.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Александрова, Н. А. Балет. Мини-энциклопедия для детей / Н. А. Александрова. – Санкт-Петербург : БХВ-Петербург, 2016.

2. Цирк на Цветном / Ю. Никулин и др. – Москва : Издательство АСТ, 2017.- 400 с.

3. Дворецкий, Г. А. Основные жанры циркового искусства / Г. А. Дворецкий. – Челябинск : Издательство министерство культуры Челябинской области ОГБУ культуры «Челябинский государственный центр народного творчества», 2017.-232 с.