

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 - 2.1”
(стартовый уровень)**

**Возраст учащихся – 6 - 10 лет
Срок реализации – 3 года
Трудоёмкость модуля - 432 часа**

Автор-составитель:
Голубцов Олег Эдуардович,
педагог дополнительного образования

Омск, 2020 г.

Аннотация

Образовательный модуль “Жанры циркового искусства - 2.1.” (*стартовый уровень*) имеет художественную направленность, является составной частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой цирковой студии “Каскад”.

Программа направлена на физическое и эстетическое развитие учащихся 6-10 лет путем формирования умений и навыков в различных жанрах циркового искусства – акробатика, жонглирование, антипод, воздушная гимнастика.

Срок реализации программы - 3 года. Трудоемкость программы 432 часа. Для освоения модуля принимаются дети с 6 лет при условии готовности к обучению (поступление в учреждение общего образования), не имеющие медицинских противопоказаний для занятий цирковым искусством.

В результате обучения учащихся познакомятся с разнообразием жанров циркового искусства, получат первоначальные умения и навыки в жанрах: акробатика (прыжковая, акробатические пары, жонглирование мячами, антипод, воздушная гимнастика, смогут развить свои физические способности (силу, ловкость, выносливость, координацию). Учащиеся, проявляющие интерес к цирковому искусству по итогам освоения модуля смогут продолжить обучение по образовательному модулю “Жанры циркового искусства - 2.2.” продвинутого уровня.

Оглавление

Пояснительная записка	4
Учебно-тематический план первого года обучения	7
Содержание первого года обучения	8
Календарный-учебный график первого года обучения	11
Учебно-тематический план второго года обучения	16
Содержание второго года обучения	18
Календарный-учебный график второго года обучения	21
Учебно-тематический план третьего года обучения	27
Содержание третьего года обучения	28
Календарный-учебный график третьего года обучения	31
Контрольно-оценочные средства	44
Критерии оценки уровня образовательных результатов	44
Условия реализации	50
Список литературы	52

Пояснительная записка

к образовательному модулю “Жанры циркового искусства - 2.1”
(стартовый уровень) дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы образцовой цирковой студии “Каскад”

Образовательный модуль “Жанры циркового искусства - 2.1”
(стартовый уровень) имеет художественную направленность, является
составной частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы образцовой цирковой студии “Каскад”.

Актуальность модуля определяется тем, что занятия по освоению
циркового искусства представляют собой синтез эффективного повышения
двигательной активности, физического оздоровления и приобщения детей к
творчеству.

Особенности организации образовательного процесса. 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 углубленно. Дифференциация осуществляется
благодаря звеньевой форме организации обучения в сочетании с групповой.
Специализация образовательного модуля “Жанры циркового искусства -
2.1” - цирковая прыжковая акробатика, парная акробатика, эксцентрика,
жонглирование мячами, антипод, воздушная гимнастика.

Адресат модуля – учащиеся в возрасте 6 – 10 лет. 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, это дает возможность успешно освоить программу обучения.

Особенности набора учащихся. Для освоения модуля принимаются
дети с 6 лет при условии готовности к обучению (поступление в учреждение
общего образования), не имеющие медицинских противопоказаний для
занятий цирковым искусством.

Срок реализации модуля – 3 года, *трудоемкость* модуля – 432 часа.
Годовой объем учебной нагрузки на первом году обучения составляет 108
часов, на втором – 144 часа, третьем - 180 часов.

Режим занятий.

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

Второй год обучения: по 1 часу в групповой форме, по 2 часа - для
первого звена, и по 1 часу - для второго.

Третий год обучения: по 2 часа в групповой форме, по 2 часа - для
первого звена и по 1 часу для второго звена.

Продолжительность занятия (1 час) - 40 минут.

Форма обучения очная.

Форма организации деятельности детского объединения - студия.

Формы организации деятельности учащихся: групповая и мелко групповая (звеньевая).

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

Состав учебных групп: постоянный, количественный состав учебных групп - от 15 -18 человек.

Цель: физическое и эстетическое развитие учащихся 6-10 лет путем формирования умений и навыков в различных жанрах циркового искусства – акробатика, жонглирование, антипод, воздушная гимнастика.

Задачи:

- формировать мотивацию к занятиям цирковым искусством, потребность в регулярных физических нагрузках;
- развивать физические способности;
- знакомить учащихся разнообразием жанров циркового искусства, формировать первоначальные умения и навыки в жанрах: акробатика (прыжковая, парная), жонглирование мячами, антипод, воздушная гимнастика;
- воспитывать дисциплинированность, аккуратность, ответственность за свою работу;
- формировать навыки учебного сотрудничества, обучать приемам самостоятельной и коллективной работы.

Планируемые результаты освоения образовательного модуля.

Личностные. В результате освоения модуля учащиеся:

- проявляют интерес к занятиям цирковым искусством;
- владеют представлением о безопасном и здоровом образе жизни;
- демонстрируют морально-волевые качества (настойчивость в достижении поставленной цели, волю, трудолюбие), уверенность в своих возможностях;
- умеют подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- проявляют уважительное и доброжелательное отношение к педагогу и товарищам, проявляют эмоциональную отзывчивость, сочувствие.

Метапредметные:

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

Результаты по направленности (предметные):

- знают отличительные особенности разных жанров циркового искусства - акробатика, жонглирование, антипод, воздушная гимнастика;
- владеют методами страховки и самостраховки;
- умеют выполнять упражнения общефизической подготовки;
- владеют техникой выполнения акробатических элементов;

- умеют исполнять элементы парной акробатики;
- умеют жонглировать тремя мячами;
- владеют первоначальными навыками антипода;
- владеют первоначальными навыками воздушной гимнастике;
- обладают физическими качествами (координацией движений, силой, ловкостью, выносливостью) на уровне, достаточном для освоения содержания образовательного модуля “Жанры циркового искусства - 2.2.” базового уровня.

Итоги реализации модуля подводятся на отчетном концерте образцовой цирковой студии “Каскад” в конце учебного года.

Способы определения планируемых результатов. В процессе реализации образовательного модуля осуществляется текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация учащихся. Применяются такие формы контроля как: опрос, наблюдение, практическое задание, выступления.

Порядок получения документа об обучении. Учащиеся, успешно освоившие содержание образовательного модуля, и решившие не продолжать дальнейшее обучение по программе цирковой студии “Каскад”, получают сертификат. Учащиеся, успешно освоившие содержание модуля, решившие продолжить обучение, получают документ об обучении после окончания всей программы (свидетельство установленного образца).

Учебно-тематический план первого года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

№ п/п	Название структурного элемента	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводные занятия	2	
2.	Общая физическая подготовка:	28	
2.1.	Ходьба, бег	2	практич.задание, наблюдение
2.2.	Упражнения для рук и плечевого пояса	2	практич.задание, наблюдение
2.3.	Упражнения для шеи	2	практич.задание, наблюдение
2.4.	Упражнения для туловища	6	практич.задание, наблюдение
2.5.	Упражнения для ног	2	практич.задание, наблюдение
2.6.	Упражнения на развитие силы	6	практич.задание, наблюдение
2.7	Статические упражнения	4	практич.задание, наблюдение
2.8.	Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции	4	практич.задание, наблюдение
3	Акробатика:	37	
3.1.	Прыжковая акробатика,	20	практич.задание, наблюдение
3.2.	Парная акробатика	17	практич.задание, наблюдение
4	Жонглирование	18	практич.задание, наблюдение
5	Работа над фрагментами массового номера	19	концерт
6	Концертная деятельность	4	концерт
	Итого часов:	108	

Содержание первого года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

1. Вводные занятия.

Работа с теоретическим материалом. Влияние физических нагрузок на развитие организма. Форма одежды. Режим работы студии. Дисциплина на занятиях. Техника безопасности и правила поведения в классе, в учреждении. Задачи и содержание модуля на текущий учебный год. Этика общения в коллективе.

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

1. Общая физическая подготовка.

2.1. Ходьба, бег.

Работа с теоретическим материалом. Значение общей физической подготовки циркового артиста. Правила развития физических качеств. Техника бега, движение рук при беге. Приемы восстановления дыхания.

Практическая работа. Ходьба с изменением темпа, направления движения, в чередовании с бегом и прыжками.

2.2. Упражнения для рук и плечевого пояса.

Работа с теоретическим материалом. Предварительные и исполнительные части команд; основная стойка. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Выкруты в кистевых суставах, встречные круговые движения руками, отжимания в положении «упор лежа», скручивание плечевого пояса вправо влево.

2.3. Упражнения для шеи.

Работа с теоретическим материалом. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Наклоны головы вперед и назад, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу, повороты влево вправо.

2.4 Упражнения для туловища.

Работа с теоретическим материалом. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Наклоны вперед стоя, сидя. Наклоны к левой ноге, к правой в разножке, складки.

2.5 Упражнения для ног.

Работа с теоретическим материалом. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Приседания на двух ногах. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из присев-упор.

2.6 Упражнения на развитие силы.

Работа с теоретическим материалом. Исходные положения и техника выполнения упражнений. Вспомогательные средства для развития силы.

Практическая работа. Отжимание в упоре лежа. Подтягивание на трапеции, Лазание по канату.

2.7. Статические упражнения.

Работа с теоретическим материалом. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Равновесие на одной ноге (затяжка); стойка на лопатках (с опорой рук под спину и без опоры); стойка на голове и руках жимом, толчком двух ног через группировку, прямыми ногами силой, стойки на руках у опоры.

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

Работа с теоретическим материалом. Чувство равновесия. Правила игр. Общие 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».

1. Акробатика:

3.1. Прыжковая акробатика.

Работа с теоретическим материалом. Разновидности акробатики, отличительные особенности: партерная акробатика, пластическая, прыжковая; парная, групповая. Основные понятия: «курбет», «кульбит», «копфшпрунг», «фордершпрунг», «стойка на груди», «стойка на руках», «лягскач».

Практическая работа. Освоение и отработка основных акробатических элементов:

Стойки, перекаты: Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекач прогнувшись в стойку на груди.

Курбет: прыжок из стойки на руках встать.

Кувырки (кульбиты): через голову из упора присев прямо, вперёд, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; одиночные кувырки, сериями.

Копфшпрунг: переворот прыжком вперёд с опорой на голову и руки, на две ноги (со страховкой).

«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.

Фордершпрунг: переворот прыжком вперёд с опорой на руки.

Лягскач: подъем-вскок из положения лежа на лопатках согнувшись, выполняемый резким разгибом ног.

3.2. Парная акробатика.

Работа с теоретическим материалом. Понятие «парная акробатика». Правила техники безопасности.

Практическая работа. Работа нижнего - простые виды поддержек (удержание партнера на ногах в положении сидя, удержание партнера на руках и ногах в положении лежа на спине). Работа верхнего – стойка на ногах (на коленях нижнего партнера), стойка на предплечьях с опорой на руки и колени нижнего).

2. Жонглирование мячами.

Работа с теоретическим материалом. Понятие жонглирование и ее применение. Правила техники безопасности при жонглировании, правила ухода и хранения.

Практическая работа. Подбрасывание одного мяча правой рукой затем левой. Перебрасывание мяча с одной руки в другую. Одновременное подбрасывание мячей двумя руками, встречное перебрасывание мячей. Жонглирование тремя мячами

3. Работа над фрагментами массового номера.

Работа с теоретическим материалом. Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (прыжковая акробатика, жонглирование).

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.

4. Концертная деятельность.

Теоретические понятия. Сценическая культура. Культура закулисного общения.

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

Календарный-учебный график первого года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

№ п/п	Планируемая дата занятия	Учебный элемент	Тема занятия	Количество часов		
				Групповое	звено 1	звено 2
1.	сентябрь	1. Вводные занятия	Вводное - занятие влияние физических нагрузок на развитие организма. Форма одежды. Режим работы студии. Дисциплина на занятиях. Техника безопасности и правила поведения. Задачи модуля на текущий год. Этика общения в коллективе	1		
2.	сентябрь	4.Жонглирование	Подбрасывание мяча правой рукой затем левой		1	1
3.	сентябрь	2.3. ОФП. Упражнения для шеи	Комплекс упражнений для мышц шеи	1		
4.	сентябрь	4.Жонглирование	Подбрасывание мяча правой рукой затем левой		1	1
5.	сентябрь	2.2. ОФП. Упражнения для рук и плечевого пояса	Комплекс упражнений для мышц рук	1		
6.	сентябрь	3.1 Прыжковая акробатика	Основные понятия, курбет, кульбит		1	1
7.	сентябрь	2.2. ОФП Упражнения для рук и плечевого пояса	Комплекс упражнений для плечевого пояса	1		
8.	сентябрь	3.2 Парная акробатика	Основные понятия, верхний и нижний		1	1
9.	октябрь	2.1. ОФП Упражнения ходьбы, бега	Разновидности ходьбы	1		
10.	октябрь	4.Жонглирование	Одновременное подбрасывание двух мячей двумя руками		1	1
11.	октябрь	2.1. ОФП. Упражнения ходьбы, бега	Разновидности бега	1		

12.	октябрь	3.1. Прыжковая акробатика	Основные понятия стойка на лопатках, стойка на голове и руках		1	1
13.	октябрь	2.4 ОФП Упражнения для туловища	Комплекс упражнений для туловища	1		
14.	октябрь	3.2 Парная акробатика	Удержание партнера на ногах		1	1
15.	октябрь	2.5. ОФП Упражнения для ног	Комплекс упражнений для ног	1		
16.	октябрь	3.1 Прыжковая акробатика	Курбет с места, перекаты назад		1	1
17.	октябрь	2.6 ОФП Упражнения на развития силы	Исходные положения и техника выполнения упражнений на силу	1		
18.	ноябрь	5.Работа над фрагментами массового номера	Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера		1	1
19.	ноябрь	2.6 ОФП Упражнения на развития силы	Исходные положения и техника выполнения упражнений на силу	1		
20.	ноябрь	3.1 Прыжковая акробатика	Курбет с места, перекаты назад		1	1
21.	ноябрь	2.6 ОФП Упражнения для развития силы	Отжимания в упоре лежа, подтягивание и поднятие ног на трапеции	1		
22.	ноябрь	4.Жонглирование	Одновременное подбрасывание двух мячей двумя руками		1	1
23.	ноябрь	2.7. ОФП. Статические упражнения	Статические упражнения равновесие на одной ноге, вторая -сзади, спереди, сбоку	1		
24.	ноябрь	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки		1	1
25.	ноябрь	2.7. ОФП. Статические упражнения	Строевые упражнения	1		
26.	декабрь	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки		1	1
27.	декабрь	2.8. ОФП.	Упражнения на	1		

		Упражнения на развитие пространственной ориентации	развитие пространственной ориентации, строевые перестроения			
28.	декабрь	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки		1	1
29.	декабрь	2.7. ОФП Статические упражнения	Статические упражнения стойка на голове махом одной ноги	1		
30.	декабрь	4.Жонглирование	Перебрасывание одного мяча с руки на руку		1	1
31.	декабрь	6. Концертная деятельность	Концерт - дебют	2		
32.	декабрь	3.2 Парная акробатика	Удержание верхнего в стойке на предплечьях и ногах лежа на спине.		1	1
33.	декабрь	2.8. ОФП. Упражнения на развитие пространственной ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра "путаница", игра "повтори ,не ошибись"	1		
34.	январь	3.1 Прыжковая акробатика	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь, с переходом вначале на одну, а затем на другую ногу		1	1
35.	январь	1. Вводные занятия	Дисциплина на занятиях. Техника безопасности и правила поведения. Задачи модуля на второе полугодие. Этика общения в коллективе	1		
36.	январь	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения		1	1
37.	январь	2.5. ОФП. Упражнения для	Комплекс упражнений для	1		

		туловища	туловища			
38.	январь	3.1 Прыжковая акробатика	Кульбиты вперед, кульбит назад		1	1
39.	январь	2.3. ОФП. Упражнения для шеи	Комплекс упражнений для мышц шеи	1		
40.	февраль	3.2 Парная акробатика	Удержание верхнего в стойке на предплечьях и ногах лежа на спине		1	1
41.	февраль	2.5. ОФП. Упражнения для ног	Прыжки через скакалку	1		
42.	февраль	4.Жонглирование	Скрестное жонглирование двумя мячами		1	1
43.	февраль	2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Упражнения на шведской стенке – подъемы ног в группировке, удержание ног в подъеме	1		
44.	февраль	3.1 Прыжковая акробатика	Кульбиты вперед, кульбит назад		1	1
45.	февраль	2.6. ОФП Упражнения на силу	Комплекс упражнений на развитие силы	1		
46.	февраль	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися		1	1
47.	февраль	2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Комплекс упражнений для туловища	1		
48.	март	4.Жонглирование	Скрестное жонглирование двумя мячами		1	1
49.	март	2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Упражнения на развитие брюшного пресса	1		
50.	март	3.1 Прыжковая акробатика	Кульбиты вперед, кульбит назад		1	1
51.	март	2.8. ОФП. Упражнения на развитие пространственной ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра “путаница”, игра “повтори ,не ошибись”	1		
52.	март	5. Работа над	Отработка		1	1

		фрагментами массового номера	синхронности движений массового номера			
53.	март	2.6. ОФП Упражнения на силу.	Комплекс упражнений на развитие силы	1		
54.	март	3.2 Парная акробатика	Удержание верхнего в стойке на предплечьях и ногах лежа на спине		1	1
55.	март	2.7. ОФП. Статические упражнения	Статические упражнения стойка на голове махом одной ноги, толчком через группировку	1		
56.	апрель	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами (максимальное количество раз)		1	1
57.	апрель	2.8. ОФП. Упражнен ия на развитие пространственно й ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра “путаница”, игра “повтори ,не ошибись”	1		
58.	апрель	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка синхронности движений массового номера		1	1
59.	апрель	2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Подъемы ног в группировке, удержание ног в подъеме лежа на спине	1		
60.	апрель	3.1 Прыжковая акробатика	Кульбиты вперед, кульбит назад		1	1
61.	апрель	6.Концертная деятельность	Отчетный концерт	2		
62.	апрель	3.2 Парная акробатика	Удержание верхнего в стойке на предплечьях и ногах лежа на спине.		1	1
63.	апрель	2.8. ОФП. Упражнен ия на развитие пространственно й ориентации	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра “путаница”, игра “повтори ,не ошибись”	1		
64.	май	3.1 Прыжковая	Колесо с подскока		1	1

		акробатика				
65.	май	5. Работа над фрагментами номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки	1		
66.	май	3.2 Парная акробатика	Удержание верхнего в стойке на бедрах нижнего (нижний в мостике)		1	1
67.	май	5. Работа над фрагментами номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки	1		
68.	май	3.2 Парная акробатика	Удержание верхнего в стойке на предплечьях и ногах лежа на спине		1	1
69.	май	5. Работа над фрагментами номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки	1		
70.	май	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами (максимальное количество раз)		1	1
71.	май	3.1 Прыжковая акробатика	Колесо с подскока	1		
				108		

Учебно-тематический план второго года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

№ п/п	Название структурного элемента	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводные занятия	2	
2.	Общая физическая подготовка:	33	
2.1.	Ходьба, бег	3	практич.задание, наблюдение
2.2.	Упражнения для рук и плечевого пояса	3	практич.задание, наблюдение
2.3.	Упражнения для шеи	6	практич.задание, наблюдение
2.4.	Упражнения для туловища	6	практич.задание, наблюдение
2.5.	Упражнения для ног	5	практич.задание, наблюдение

2.6.	Упражнения на развитие силы	5	практич. задание, наблюдение
2.7	Статические упражнения	5	практич. задание, наблюдение
3.	Акробатика:	53	
3.1	Прыжковая акробатика,	28	практич. задание, наблюдение
3.2.	Парная акробатика	25	практич. задание, наблюдение
4	Жонглирование	32	практич. задание, наблюдение
5	Работа над фрагментами массового номера	20	концерт
6	Концертная и конкурсная деятельность	4	концерт
	Итого часов:	144	

Содержание второго года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

1. Вводные занятия.

Работа с теоретическим материалом. Влияние физических нагрузок на развитие организма. Форма одежды. Режим работы студии. Техника безопасности и правила поведения в классе, в учреждении. Задачи и содержание модуля на текущий учебный год. Этика общения в коллективе.

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

2. Общая физическая подготовка.

2.1. Ходьба, бег.

Работа с теоретическим материалом. 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 с изменением темпа, направления, с чередованием с бегом, прыжками.

2.2. Упражнения для мышц шеи.

Работа с теоретическим материалом. Техника выполнения упражнений.

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

2.3. Упражнения для рук и плечевого пояса.

Работа с теоретическим материалом. Подготовительные и исполнительные части команд; основная стойка. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Выкруты в кистевых суставах, встречные круговые движения руками, отжимания в положении «упор лежа», скручивание плечевого пояса вправо влево.

2.4. Упражнения для мышц туловища.

Работа с теоретическим материалом. Техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Складка (стоя, сидя), ноги вместе и врозь.

2.5. Упражнения для мышц ног.

Работа с теоретическим материалом. Физические качества человека – ловкость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа.

2.6. Упражнения на развитие силы.

Работа с теоретическим материалом. Физические качества человека – сила. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Отжимание в упоре лежа. Подтягивание на трапеции, лазание по канату.

2.7. Статические упражнения.

Работа с теоретическим материалом. Физические качества человека – выносливость. Исходные положения и техника выполнения упражнений.

Практическая работа. Различные положения на сдвоенной лестнице.

3. Акробатика.

3.1. Прыжковая акробатика:

Работа с теоретическим материалом. Правила выполнения акробатических элементов.

Практическая работа. Освоение и отработка основных акробатических элементов:

Стойки, перекаты: Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди.

Курбет: прыжок из стойки на руках встать.

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

Копфшпрунг: переворот прыжком вперёд с опорой на голову и руки, на две ноги (со страховкой).

«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.

Фордершпрунг: переворот прыжком вперед с опорой на руки.

Лягскач: подъем-вскок из положения лежа на лопатках согнувшись, выполняемый резким разгибом ног.

3.2. Парная акробатика.

Работа с теоретическим материалом. Понятия: «парная акробатика», «групповая акробатика», сфера применения акробатических элементов. Правила техники безопасности.

Практическая работа. Работа нижнего – простые виды поддержек (удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев, удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине); работа верхнего – стойка на коленях нижнего, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего).

4. Жонглирование.

Работа с теоретическим материалом. Понятие «жонглирование». Правила техники безопасности при жонглировании, правила ухода и хранения инвентаря.

Практическая работа. Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении.

5. Работа над фрагментами массового номера.

Работа с теоретическим материалом. Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (прыжковая акробатика, жонглирование).

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.

6. Концертная и конкурсная деятельность.

Работа с теоретическим материалом. Сценическая культура. Культура закулисного общения.

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

Календарный-учебный график второго года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

№ п/п	Планируемая дата занятия	Учебный элемент	Тема занятия	Количество часов	
				звено 1	звено 2
1.	сентябрь	1. Вводные занятия	Влияние физических нагрузок на развитие организма. Форма одежды. Режим работы студии. Техника безопасности и правила поведения в классе, в учреждении. Задачи и содержание модуля на текущий учебный год. Этика общения в коллективе	1	1
2.	сентябрь	3.1. Прыжковая акробатика	Кувырок через голову из упора присев прямо, вперед, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; Одиночные кувырки, сериями	1	1
3.	сентябрь	5. Работа над фрагментами массового	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки	1	1
4.	сентябрь	3.1. Прыжковая акробатика	О понятие: “копфштейн” со стойки на голове и руках опускание в мост	1	1
5.	сентябрь	4. Жонглирование	Жонглирование тремя мячами	1	1
6.	сентябрь	2.1. Ходьба, бег	Ходьба с изменением темпа, направления, с чередованием с бегом, прыжками	1	1
7.	сентябрь	2.3. Упражнения для шеи	повороты шеи головы вправо влево, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу, вперед и назад	1	1
8.	октябрь	3.2. Парная акробатика	удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
9.	октябрь	4. Жонглирование	Жонглирование тремя мячами	1	1
10.	октябрь	3.1. Прыжковая акробатика	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь, с переходом вначале на одну, а затем на другую ногу	1	1
11.	октябрь	2.6. Упражнения на развитие силы	Отжимание в упоре лежа. Подтягивание на трапеции, лазание по канату	1	1

12.	октябрь	3.1. Прыжковая акробатика	кувырок через голову из упора присев прямо, вперёд, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; Одиночные кувырки, сериями	1	1
13.	октябрь	2.7.Статическое упражнения	Различные положения на сдвоенной лестнице.	1	1
14.	октябрь	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении	1	1
15.	октябрь	2.5.Упражнения для ног	Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа	1	1
16.	октябрь	3.1 Прыжковая акробатика	Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди.	1	1
17.	октябрь	2.4.ОФП. Упражнения для туловища	Складка (стоя, сидя), ноги вместе и врозь.	1	1
18.	ноябрь	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении.	1	1
19.	ноябрь	2.2.Упражнения для рук и плечевого пояса	Выкруты в кистевых суставах, встречные круговые движения руками, скручивание плечевого пояса вправо влево.	1	1
20.	ноябрь	2.7.Статическое упражнения	Различные положения на сдвоенной лестнице.	1	1
21.	ноябрь	5.Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1	1
22.	ноябрь	3.2.Парная акробатика	Удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
23.	ноябрь	2.3.Упражнения для шеи	Повороты шеи головы вправо влево, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу, вперед и назад.	1	1
24.	ноябрь	2.1.Ходьба, бег	Ходьба с изменением темпа, направления, с чередованием с бегом, прыжками.	1	1
25.	ноябрь	5.Работа над фрагментами	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов,	1	1

		массового номера	соединение в связки.		
26.	декабрь	2.2.Упражнения для рук и плечевого пояса	Выкруты в кистевых суставах, встречные круговые движения руками, скручивание плечевого пояса вправо влево.	1	1
27.	декабрь	3.2.Парная акробатика	Удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
28.	декабрь	3.1. Прыжковая акробатика	Переворот прыжком вперед с опорой на руки.	1	1
29.	декабрь	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами	1	1
30.	декабрь	5.Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1	1
31.	декабрь	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами	1	1
32.	декабрь	6.Концертная и конкурсная деятельность	Концерт-дебют	1	1
33.	декабрь	5.Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1	1
34.	январь	1.Вводные занятия	Техника безопасности и правила поведения в классе, в учреждении. Этика общения в коллективе	1	1
35.	январь	3.2.Парная акробатика	удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
36.	январь	2.2.Упражнения для рук и плечевого пояса	Выкруты в кистевых суставах, встречные круговые движения руками, скручивание плечевого пояса вправо влево.	1	1
37.	январь	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1	1
38.	январь	3.1 Прыжковая акробатика	Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекал прогнувшись в стойку на груди	1	1
39.	январь	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении	1	1

40.	январь	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1	1
41.	февраль	3.2. Парная акробатика	удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
42.	февраль	3.1. Прыжковая акробатика	Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди	1	1
43.	февраль	4. Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении	1	1
44.	февраль	3.2. Парная акробатика	удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
45.	февраль	2.6. Упражнения на развитие силы	Отжимание в упоре лежа. Подтягивание на трапеции, лазание по канату	1	1
46.	февраль	3.1 Прыжковая акробатика	Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди	1	1
47.	февраль	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки	1	1
48.	февраль	4. Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении	1	1
49.	март	5. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	1	1
50.	март	2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Складка (стоя, сидя), ноги вместе и врозь.	1	1
51.	март	3.1 Прыжковая акробатика	Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди.	1	1
52.	март	3.2. Парная акробатика	удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
53.	март	2.6. Упражнения на развитие силы	Отжимание в упоре лежа. Подтягивание на трапеции, лазание по канату.		1

54.	март	3.1 Прыжковая акробатика	Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди.	1	1
55.	март	3.2.Парная акробатика	удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
56.	март	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении.	1	1
57.	апрель	2.5.Упражнения для ног	Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа.	1	1
58.	апрель	3.1.Прыжковая акробатика	Кувырок через голову из упора присев прямо, вперёд, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; Одиночные кувырки, сериями.	1	1
59.	апрель	3.2.Парная акробатика	удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев		1
60.	апрель	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении.	1	1
61.	апрель	3.2.Парная акробатика	Удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
62.	апрель	6.Концертная и конкурсная деятельность	Отчетный концерт	1	1
63.	апрель	3.2.Парная акробатика	Удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
64.	апрель	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении.	1	1
65.	май	3.1.Прыжковая акробатика	кувырок через голову из упора присев прямо, вперёд, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; Одиночные кувырки, сериями.	1	1
66.	май	4.Жонглирование	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении.	1	1
67.	май	2.5.Упражнения для ног	Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения		1

			упор лежа.		
68.	май	3.1.Прыжкова я акробатика	кувырок через голову из упора присев прямо, вперёд, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; Одиночные кувырки, сериями.	1	1
69.	май	4.Жонглирова ние	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении.	1	1
70.	май	2.4. ОФП. Упражнения для туловища	Подъемы ног в группировке, удержание ног в подъеме лежа на спине.	1	1
71.	май	3.2.Парная акробатика	Удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев	1	1
72.	май	4.Жонглирова ние	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении	1	1
				144	

Учебно-тематический план третьего года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

№ п/п	Название структурного элемента	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводные занятия	2	опрос
2.	Общая физическая подготовка:	30	
2.1.	Упражнения для мышц шеи	2	практич. задание, наблюдение
2.2.	Упражнения для плечевого пояса	2	практич. задание, наблюдение
2.3.	Упражнения для рук	2	практич. задание, наблюдение
2.4.	Упражнения для мышц туловища	6	практич. задание, наблюдение
2.5.	Упражнения для мышц ног	9	практич. задание, наблюдение
2.6.	Упражнения для развития скоростно - силовых качеств	9	практич. задание, наблюдение
3.	Акробатика:	40	
3.1.	Парная акробатика	11	практич. задание, наблюдение
3.2.	Прыжковая акробатика	12	практич. задание, наблюдение
3.3.	Эксцентрика	17	практич. задание, наблюдение
4.	Жонглирование:	63	
4.1.	Жонглирование мячами	33	практич. задание, наблюдение
4.2.	Антипод	30	практич. задание, наблюдение
5.	Воздушная гимнастика	19	практич. задание, наблюдение
6.	Работа над фрагментами массового номера	20	концерт
7.	Концертная и конкурсная деятельность	6	концерт
Итого часов:		180	

Содержание третьего года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

1. Вводные занятия.

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. Терминология и название элементов. Общие знания из цирковых традиций.

2. Общая физическая подготовка.

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

2.1. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для шеи: повороты головы вправо - влево, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу.

2.2. Упражнения для плечевого пояса. Скручивание корпуса влево - вправо.

2.3. Упражнения для рук. Встречные движение рук по кругу.

2.4. Упражнения для мышц туловища. Наклоны и скручивания (стоя, сидя).

2.5. Упражнения для мышц ног. Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа.

2.6. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Лазание по канату, подтягивание на трапеции.

3. Акробатика.

3.1. Парная акробатика.

Работа с теоретическим материалом. Методика выполнения упражнений в парах. Виды поддержек.

Практическая работа. Работа нижнего - основные виды поддержек - удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев, удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине. Работа верхнего – стойка на коленях нижнего с опусканием в мост, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего, «лягушка» с опорой на руки и колени нижнего.

3.2. Прыжковая акробатика.

Работа с теоретическим материалом. Правила выполнения акробатических элементов, прыжков с камеры.

Практическая работа. Освоение и отработка основных акробатических элементов:

Стойки, перекаты: Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди.

Курбет: прыжок из стойки на руках встать.

Кувырки (кульбиты): через голову из упора присев прямо, вперед, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; одиночные кувырки, сериями, кувырки с камеры, по камере и через камеру.

Копфшпрунг: переворот прыжком вперед с опорой на голову и руки, на две ноги (со страховкой), копфшпрунг с камеры.

«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, «колесо» с камеры, по камере.

Фордершпрунг: переворот прыжком вперед с опорой на руки, фордершпрунг с камеры.

Лягскач: подъем-вскок из положения лежа на лопатках согнувшись, выполняемый резким разгибом ног.

3.3. Эксцентрика.

Работа с теоретическим материалом. Понятие «бросковый элемент» в акробатике. Правила выполнения бросковых элементов, техника безопасности при приземлении после прыжков.

Практическая работа. Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи).

4. Жонглирование.

4.1. Жонглирование мячами.

Работа с теоретическим материалом. Правила техники безопасности при жонглировании, правила ухода и хранения инвентаря.

Практическая работа. Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо.

4.2. Антипод.

Работа с теоретическим материалом. Понятие «антипод». Правила техники безопасности при работе в жанре «антипод». Основной инвентарь: антиподная подушка (тринка), «сигара», «балабанс», палка с лентами. Правила ухода и хранения инвентаря.

Практическая работа. Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.

5. Воздушная гимнастика.

Работа с теоретическим материалом. Основной инвентарь (снаряды): корде-парель (вертикальный канат), трапеция, воздушное кольцо. Изучение последовательности элементов на воздушных снарядах.

Практическая работа. Висы - на руках, на подколенях, поднимание ног в виси с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний,

подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.

5. Работа над фрагментами массового номера.

Работа с теоретическим материалом. Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (прыжковая акробатика, жонглирование).

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.

7. Концертная и конкурсная деятельность.

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

Календарный-учебный график третьего года обучения
образовательного модуля «Жанры циркового искусства - 2.1»
(стартовый уровень) ДООП образцовой цирковой студии «Каскад»

№ П/П	Планируемая дата занятия	Учебный элемент	Тема занятия	Количество часов		
				Групповое	звено 1	звено 2
1.	сентябрь	1. Вводные занятия.	Знакомство с целями и задачами курса обучения. Инструктаж по технике безопасности. Название реквизита и его применение. Правила пользования, ухода и хранения реквизита.	1		
2.	сентябрь	2.1 Упражнения для мышц шеи.	Упражнения для шеи: повороты шеи, наклон шеи вперед и назад, круговые движения, наклоны к правому и левому плечу.		1	1
3.	сентябрь	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколенях, поднимание ног в висе с продвижением ног между руками			1
4.	сентябрь	2.5. Упражнения для мышц ног.	Приседания, выпрыгивания		1	1
5.	сентябрь	3.2. Прыжковая акробатика.	Стойки на лопатках, стойки на руках и голове, стойка на руках. Перекат из упора присев назад в группировке, перекат прогнувшись в стойку на груди.		1	1
6.	сентябрь	4.1. Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое)		1	1
7.	сентябрь	2.6. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
8.	сентябрь	3.1. Парная акробатика	Работа нижнего - основные виды поддержек - удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев,		1	1

			удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине. Работа верхнего – стойка на коленях нижнего с опусканием в мост, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего, «лягушка» с опорой на руки и колени нижнего			
9.	сентябрь	3.2.Прыжковая акробатика.	Курбет: прыжок из стойки на руках встать		1	1
10.	сентябрь	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1
11.	октябрь	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколенях, поднимание ног в вися с продвижением ног между руками		1	1
12.	октябрь	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
13.	октябрь	2.3. Упражнения для рук	Встречные движение рук по кругу		1	1
14.	октябрь	2.5. Упражнения для мышц ног.	Приседания, выпрыгивания		1	1
15.	октябрь	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
16.	октябрь	3.2.Прыжковая акробатика.	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь, с переходом вначале на одну, а затем на другую ногу, «колесо» с камеры, по камере		1	1

17.	октябрь	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1
18.	октябрь	3.1. Парная акробатика	Работа нижнего - основные виды поддержек - удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев, удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине. Работа верхнего – стойка на коленях нижнего с опусканием в мост, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего, «лягушка» с опорой на руки и колени нижнего		1	1
19.	октябрь	4.1. Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое)		1	1
20.	октябрь	3.3. Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
21.	октябрь	2.4. Упражнения для мышц туловища.	Наклоны и скручивания (стоя, сидя)		1	1
22.	октябрь	5. Воздушная гимнастика	Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот		1	1
23.	ноябрь	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
24.	ноябрь	3.1. Парная акробатика	Работа нижнего - основные виды поддержек - удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев, удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине. Работа верхнего – стойка на коленях нижнего с		1	1

			опусканием в мост, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего, «лягушка» с опорой на руки и колени нижнего			
25.	ноябрь	4.1. Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое)		1	1
26.	ноябрь	3.2. Прыжковая акробатика.	Кувырки (кульбиты): через голову из упора присев прямо, вперед, назад; длинный кувырок; кульбит назад, подскок вверх; одиночные кувырки, сериями, кувырки с камеры, по камере и через камеру		1	1
27.	ноябрь	2.5. Упражнения для мышц ног.	Приседание на одной ноге (пистолет)		1	1
28.	ноябрь	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколениях, поднятие ног в висе с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.		1	1
29.	ноябрь	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
30.	ноябрь	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1
31.	ноябрь	3.3. Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
32.	ноябрь	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на		1	1

			прямые ноги.			
33.	ноябрь	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое)		1	1
34.	ноябрь	2.2.Упражнения для плечевого пояса	Скручивание корпуса влево - вправо.		1	1
35.	ноябрь	2.6.Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
36.	декабрь	3.2.Прыжковая акробатика.	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь, с переходом вначале на одну, а затем на другую ногу, «колесо» с камеры, по камере		1	1
37.	декабрь	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1
38.	декабрь	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое)		1	1
39.	декабрь	3.3.Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
40.	декабрь	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1

41.	декабрь	2.5.Упражнения для мышц ног.	Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа.		1	1
42.	декабрь	3.2.Прыжковая акробатика.	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь, с переходом вначале на одну, а затем на другую ногу, «колесо» с камеры, по камере		1	1
43.	декабрь	2.6.Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
44.	декабрь	6.Концертная и конкурсная деятельность	концерт-дебют	3		
45.	декабрь	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
46.	декабрь	3.2.Прыжковая акробатика.	Фордершпрунг: переворот прыжком вперед с опорой на руки, фордершпрунг с камеры		1	1
47.	декабрь	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое)		1	1
48.	декабрь	3.3.Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
49.	январь	2.4. Упражнения для мышц туловища.	Наклоны и скручивания (стоя, сидя)		1	1
50.	январь	3.2.Прыжковая акробатика.	Лягскач: подъем-вскок из положения лежа на лопатках согнувшись, выполняемый резким разгибом ног		1	1
51.	январь	3.3.Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
52.	январь	6. Работа над фрагментами массового номера.	Практическая работа. Отработка чистоты и четкости выполнения элементов,		1	1

			соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения. Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися. Сводные репетиции.			
53.	январь	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
54.	январь	5. Воздушная гимнастика	Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках		1	1
55.	январь	3.1. Парная акробатика	Работа нижнего - основные виды поддержек - удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев, удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине. Работа верхнего – стойка на коленях нижнего с опусканием в мост, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего, «лягушка» с опорой на руки и колени нижнего		1	1
56.	январь	2.4. Упражнения для мышц туловища.	Наклоны и скручивания (стоя, сидя)		1	1
57.	февраль	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
58.	февраль	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1

59.	февраль	3.1. Парная акробатика	Работа нижнего - основные виды поддержек - удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев, удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине. Работа верхнего – стойка на коленях нижнего с опусканием в мост, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего, «лягушка» с опорой на руки и колени нижнего		1	1
60.	февраль	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколенях, поднимание ног в висе с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.		1	1
61.	февраль	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1
62.	февраль	4.1. Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
63.	февраль	2.6. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
64.	февраль	3.3. Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
65.	февраль	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение		1	1

			её ногами, забрасывание на прямые ноги.			
66.	февраль	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
67.	февраль	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколених, поднятие ног в висе с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.		1	1
68.	март	3.2.Прыжковая акробатика.	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь, с переходом вначале на одну, а затем на другую ногу, «колесо» с камеры, по камере		1	1
69.	март	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
70.	март	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1
71.	март	3.1. Парная акробатика	Работа нижнего - основные виды поддержек - удержание верхнего партнера на коленях в положении стойка присев, удержание верхнего на коленях и руках в положении лежа на спине. Работа верхнего – стойка		1	1

			на коленях нижнего с опусканием в мост, стойка в группировке на предплечьях с опорой на колени нижнего, «лягушка» с опорой на руки и колени нижнего			
72.	март	3.3.Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
73.	март	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
74.	март	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
75.	март	2.6.Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
76.	март	3.3.Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
77.	март	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
78.	март	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
79.	март	2.5. Упражнения для мышц ног.	Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа.		1	1
80.	апрель	6. Работа над фрагментами	Практическая работа. Отработка чистоты и четкости		1	1

		массового номера.	выполнения элементов, соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения. Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися. Сводные репетиции.			
81.	апрель	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
82.	апрель	4.1. Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
83.	апрель	2.6. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
84.	апрель	3.3. Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
85.	апрель	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
86.	апрель	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколенях, поднимание ног в висячем положении с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.		1	1
87.	апрель	2.6. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
88.	апрель	6. Концертная и конкурсная деятельность	отчетный концерт	3		

89.	апрель	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколених, поднимание ног в вися с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.		1	1
90.	апрель	4.1. Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
91.	апрель	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
92.	апрель	2.6. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
93.	май	6. Работа над фрагментами массового номера.	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.		1	1
94.	май	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколених, поднимание ног в вися с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.		1	1
95.	май	4.1. Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое),		1	1

			жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо			
96.	май	2.5. Упражнения для мышц ног.	Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа.		1	1
97.	май	3.3.Эксцентрика	Темповые броски в паре, (с шеи, через плечи)		1	1
98.	май	2.5. Упражнения для мышц ног.	Приседания, выпрыгивания. Приседание на одной ноге (пистолет), выпрыгивания из положения упор лежа.		1	1
99.	май	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
100.	май	2.6.Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Лазание по канату, подтягивание на трапеции.		1	1
101.	май	5. Воздушная гимнастика	Висы - на руках, на подколенях, поднимание ног в висе с продвижением ног между руками. Хваты – верхний и нижний, подъем-переворот. Заплетение ног на канате. Подъем по канату с помощью ног и рук, подъем на руках.		1	1
102.	май	4.2. Антипод	Работа с «сигарой», вращение её ногами, забрасывание на прямые ноги.		1	1
103.	май	4.1.Жонглирование мячами.	Жонглирование тремя мячами. Жонглирование тремя мячами в движении. Приседание на одно колено (правое, левое), жонглируя. Выполнение элементов жонглирования: «каскад», «полукаскад», бросок через плечо		1	1
104.			180			

Контрольно-оценочные средства

При реализации образовательного модуля для оценки *личностных и метапредметных результатов* осуществляется педагогическое наблюдение за поведенческими проявлениями учащихся в процессе обучения и коммуникации между участниками учебной группы. Оценочным инструментом является - Карта наблюдений, в которой фиксируется проявление учащимися качеств/действий с использованием 10-балльной шкалы. Фиксация результатов осуществляется два раза в год.

Оценка результатов по направленности программы. Для определения степени освоения учащимися программного содержания осуществляется текущий контроль в форме педагогического наблюдения, практических заданий.

Промежуточный и итоговый контроль (аттестация) осуществляется в конце первого и второго полугодия соответственно. Оценочной процедурой является концертное выступление.

По итогам освоения программы по каждой группе результатов (личностные, метапредметные, по направленности программы) определяется среднее значение, которое соотносится с уровнем образовательных достижений:

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

Критерии оценки уровня образовательных результатов

Критерии	Степени выраженности критерия	Баллы
Достижение личностных результатов		
Сформированность мотивации к занятиям цирковым искусством	Проявляет устойчивый интерес к избранному виду деятельности. 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 избранному виду деятельности, 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; занимает осознанно активную позицию.	8-10
	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 признает необходимость ведения безопасного и ЗОЖ, но в структуре мотивов данная мотивация занимает второстепенное положение.	0-3
Сформированность морально-волевых качеств (настойчивость в достижении поставленной цели, волю, трудолюбие), уверенности в своих возможностях.	Проявляет настойчивость в достижении целей, не отвлекается от них в процессе выполнения; способен к мобилизации сил и энергии, волевому усилию и преодолению препятствий, осознает свои возможности и верит в свои силы.	8-10
	Имеет неустойчивое внимание, иногда проявляет пассивность в выполнении отдельных заданий, не всегда добивается поставленной цели, иногда равнодушен при выполнении заданий, в случае затруднений обращается за помощью педагога; как правило адекватно осознает свои возможности и верит в свои силы, нуждается в поддержке педагога.	4-7
	Часто отвлекается на занятия, не реагирует на замечания, всегда пассивен, не обращает внимание на качество выполнения упражнения, не прикладывает волевых усилий прерывает деятельность при возникновении трудностей: Не верит в свои силы, «тушется» перед сложной задачей.	0-3
Сформированность нравственно-этических установок	Всегда следует общепринятым нормам и правилам поведения; - может достаточно полно и адекватно охарактеризовать содержание моральных норм, осознанно их принимает	8-10

	Осознает моральные нормы и правила поведения в социуме, но иногда частично их нарушает	4-7
	Недостаточно осознает правила и нормы поведения в социуме, часто нарушает их	0-3
Сформированность уважительного и доброжелательного отношения к другим людям,	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, однако недостаточно отзывчив, не всегда учитывает мнения других.	4-7
	Проявляет безразличное, иногда негативное отношение к другим людям, не учитывает мнения других.	0-3
Достижение метапредметных результатов		
Сформированность умений сотрудничества	Проявляет позитивное отношение к совместной деятельности, умеет работать в паре, в группе, учитывает мнения других.	8-10
	К совместной деятельности проявляет нейтральное или позитивное отношение; не всегда готов учитывать мнения, отличные от собственного; работает в паре, в группе, иногда прибегая к помощи педагога.	4-7
	Проявляет нейтральное или отрицательное отношение к совместной деятельности; при групповой работе неактивен; может работать в паре, в группе лишь под руководством педагога.	0-3
Сформированность навыков организации собственной деятельности	Принимает и сохраняет цель и задачи деятельности/участвует в их формулировке, способен планировать, контролировать и оценивать процесс и результат собственной деятельности, участвует в формулировке критериев оценки самой деятельности и её продукта, на основе проведенной самооценки корректирует собственную деятельность.	8-10

	<p>Принимает и удерживает цель и задачи деятельности, иногда нуждается в помощи в процессе планирования деятельности; не всегда определяет наиболее эффективные способы достижения результата; способен контролировать и оценивать процесс и результат собственной деятельности по предложенным критериям при организующей помощи педагога.</p>	4-7
	<p>Отвлекается, «упускает» поставленную перед ним цель, стимулирующая и организующая помощь педагога малоэффективна; в планировании собственной деятельности испытывает существенные затруднения, которые не позволяют достичь поставленной цели; не оценивает процесс и результат собственной деятельности или не руководствуется критериями в процессе оценки процесса и результата.</p>	0-3
<p>Достижение результатов по направленности программы</p>		
Теоретическая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> • знает основные термины; • знает правила техники безопасности при работе в зале; • знает отличительные особенности разных жанров акробатика, жонглирование, антипод, воздушная гимнастика; • знает правила страховки и самостраховки; • знает правила выполнения упражнения ОФП. 	8-10
	<ul style="list-style-type: none"> • Испытывает затруднения в понимании отдельных терминов и отличительных особенностей разных жанров. 	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> • Имеет фрагментарные знания, избегает употреблять термины, либо употребляет с искаженным пониманием смысла. 	0-3
Сформированность физических качествами (координацией движений, гибкостью, ловкостью, выносливостью)	<p><i>Координация:</i> легко согласовывает все движения своего тела. <i>Гибкость:</i> самостоятельно выполняет мосты из положения стоя, сидя. <i>Растяжка:</i> выполняет шпагаты на правую-левую ногу и поперечный с возвышенности. <i>Выносливость:</i> отжимание 15 раз, пресс</p>	8-10

	<p>20 раз (без остановки) <i>Ловкость</i>: фронтальная затяжка без опоры.</p>	
	<p><i>Координация</i>: затрудняется в согласовании движения. <i>Гибкость</i>: выполняет мосты из положения сидя, а стоя с помощью педагога. <i>Растяжка</i>: выполняет шпагаты сидя на полу. <i>Выносливость</i>: отжимание 10 раз, пресс 15 раз.(без остановки) <i>Ловкость</i>: фронтальная затяжка с опорой.</p>	4-7
	<p><i>Координация</i>: испытывает затруднения в смене движений или его направления. <i>Гибкость</i>: выполняет мост из положения лежа. <i>Растяжка</i>: нет шпагатов. <i>Выносливость</i>: отжимания менее 10 раз, пресс менее 15 раз.</p>	0-3
Практическая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> • умеет выполнять упражнения общефизической подготовки; • умеет исполнять элементы прыжковой и парной акробатики, эксцентрики; • умеет выполнять элементы жонглирования тремя мячами «каскад», «полукаскад», жонглирует в движении длительное время (более 5 минут); • может выполнять все элементы антипода длительное время (до 5 минут) с устойчивым темпом, хорошей амплитудой; • владеет всеми элементами воздушной гимнастики, исполняет подъем-переворот; • владеет методами страховки и самостраховки. 	8-10

	<ul style="list-style-type: none"> ● умеет выполнять упражнения общефизической подготовки; ● умеет исполнять элементы прыжковой и парной акробатики, эксцентрики, но освоены не все элементы, предусмотренные программой; ● умеет выполнять не все элементы жонглирования тремя мячами ● выполняет базовые элементы антипода; ● освоил первоначальные навыки воздушной гимнастики. 	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> ● с трудом выполняет упражнения общефизической подготовки; ● не может выполнить элементы акробатики; ● не может длительно жонглировать мячами (менее 1 минуты), затрудняется в выполнении элементов жонглирования; ● не освоил жанр антипода; ● испытывает существенные затруднения в выполнении первоначальных элементов воздушной гимнастики 	0-3

Условия реализации

1. Материально-техническое обеспечение.

Для эффективной реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- сцена (габариты – 9 x 12 м, высота потолка 7-8м);
- 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
Жонглирование	мячи для жонглирования 80 шт. антиподная подушка (тринка) 5 шт
Акробатика	<ul style="list-style-type: none">• маты;• дорожки;• камера.
Воздушная гимнастика	<ul style="list-style-type: none">• корде-парель (вертикальный канат), трапеция, воздушное кольцо.

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

2. Информационно-образовательные ресурсы.

Раздел	Название ресурса
Элементы акробатики	http://www.youtube.com/watch?v=aReDekyplik <iframe width="692" height="389" src="https://www.youtube.com/embed/xtgGY2VWsC4" frameborder="0" allow="accelerometer; autoplay; encrypted-media; gyroscope; picture-in-picture" allowfullscreen></iframe> <iframe width="692" height="389" src="https://www.youtube.com/embed/LiheOaRB9Jk" frameborder="0" allow="accelerometer; autoplay; encrypted-media; gyroscope; picture-in-picture" allowfullscreen></iframe> https://youtu.be/CBS_HG-tOt8

Жонглирование.	https://youtu.be/tqtei9DY3wM https://youtu.be/r_ytvEm8UFc https://youtu.be/7TUyDX2ffUw
Воздушная гимнастика	https://youtu.be/PI8_RGI192U https://youtu.be/jp9WfTnWD70 https://youtu.be/8XTasI6ILNA https://youtu.be/r_ytvEm8UFc
Общеразвивающие физические упражнения.	https://www.youtube.com/watch?v=i96nNMeHvHI https://www.youtube.com/watch?v=0FBeh3GoDiM https://www.youtube.com/watch?v=bd8_5Wm4qj0

3. Учебно-методическое обеспечение.

Раздел программы	Учебно-методические материалы
ОФП	Наглядный демонстрационный материал «Разминка»
Парная акробатика	Мультимедийная презентация «Виды поддержек» Картотека фотографий «Виды парных элементов» Видеозапись выступления студии «Каскад» с номером «Акробатическая пара»
Жонглирование	Наглядный материал фото-видео выступлений студии «Каскад»: с номером «Горошины», с номером «Антипод»
Воздушная гимнастика	Наглядный демонстрационный материал «Виды гимнастической подкачки на воздушных снарядах»

4. Кадровое обеспечение.

Программу реализует педагог дополнительного образования, владеющий жанрами циркового искусства: прыжковая, парная акробатика, эксцентрика, жонглирования, антипод, воздушная гимнастика.

Список литературы

Нормативные документы

1. Концепция развития дополнительного образования детей на 2014-2020 гг. [Электронный ресурс]: одобр. на заседании Правительства Российской Федерации 28 августа 2014 года (распоряжение Правительства РФ № 1726-р от 04.09.2014 г.) // Официальный сайт правительства РФ. - Режим доступа: WWW.URL: <http://government.ru/docs/14644/>
2. О направлении информации (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) [Электронный ресурс]: письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242. Доступ из системы «Консультант Плюс»: http://www.consultant.ru/document/Cons_doc_LAW_253132/02141b8dbdc2aba2883123b07d337c93806bad46/
3. Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования» [Электронный ресурс]: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. № 41. // Российская газета – 2014. – 3 окт. (федер. Вып.№6498 (226)). - Режим доступа: WWW.URL: <https://rg.ru/2014/10/03/sanpin-dok.html>
4. "О направлении методических рекомендаций по разработке и проведению экспертизы дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы: письмо Министерства образования Омской области от 12.02.2019 № ИСХ - 19/МОБР - 2299
5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам [Электронный ресурс]: приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 Доступ из системы «Гарант.Ру»: <http://www.garant.ru/hotlaw/federal/1231767/>
6. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» [Текст]. — М.: Эксмо, 2014.

Литература для педагога

7. Коллюцкий В.Н., Кулагина И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие. - М.: Трикста, 2019.
8. Кривоपालенко Е.И. Проектирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: методические рекомендации/ Е.И.Кривоपालенко, Л.А. Кучегура. - Омск: БОУ ДПО "ИРООО", 2019

9. Навыки XXI века / Международный методический центр «Навыки XXI. Академия педагогического мастерства»: [сайт]. – Режим доступа: <http://akadem.irooo.ru/navyki-xxi-veka>
10. 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.

Литература для педагога по направленности

11. Гуревич, З. Б. Эквилибристика / З.Б. Гуревич. - М.: Искусство, 2016. - 180 с.
12. Гуревич, З. О жанрах советского цирка / З. Гуревич. - М.: Искусство, 2015. - 280 с.
13. Шнеер, А. Я. Цирк. Маленькая энциклопедия / А.Я. Шнеер, Р.Е. Славский. - М.: Советская Энциклопедия, 2016. - 376 с.
14. Баринов, В.А. Художественно-образная структура циркового искусства / В.А. Баринов. - М.: Авторское издание, 2015. - 912 с
15. Brent, Джим Судьба акробата / Джим Brent. - М.: Искусство, 2013. 288 с.
16. Дмитриев, Ю. Русский цирк / Ю. Дмитриев. - М.: Искусство, 2015. - 264 с.
17. Кузнецов, Евгений Цирк. Происхождение, развитие, перспективы / Евгений Кузнецов. - М.: Academia, 2019. - 448 с.
18. Макаров, С. М. Искусство цирка в России. От Императорского цирка до цирка братьев Никитиных / С.М. Макаров. - М.: Либроком, 2013. - 304 с.
19. Славский, Р. Виталий Лазаренко / Р. Славский. - М.: Искусство, 2018. - 328 с.
20. Шляпин, Л. Цирк любителей / Л. Шляпин. - М.: Искусство, 2020. - 136 с.
21. Игнашенко, А.М. Акробатика / А.М. Игнашенко. - М.: Книга по Требованию, 2012. - 157 с.
22. Швайко, Л. Г. Развернутые планы-конспекты уроков в 6 классе. Легкая атлетика, футбол, баскетбол, лыжная подготовка, гимнастика и акробатика / Л.Г. Швайко. - М.: Адукацыя і выхаванне, 2013. - 152 с.

Литература для детей

23. Цирк на Цветном /Юрий Никулин и др.-Москва: Издательство АСТ, 2017.-400с.
24. Дворецкий Г.А. Основные жанры циркового искусства,Издательство министерство культуры Челябинской области ОГБУ культуры “Челябинский государственный центр народного творчества”-2017.-232с.

