

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  
по цирковому искусству «КАСКАДик»  
Образовательный модуль художественной направленности  
«Основы циркового искусства»  
(стартовый уровень)

Возраст учащихся – 5 - 7 лет  
Срок реализации – 1 год  
Трудоёмкость образовательного модуля - 144 часа  
Форма обучения - очная

Автор - составитель:  
Шведова Полина Сергеевна,  
педагог дополнительного образования

Омск, 2024 г.

## Аннотация

Образовательный модуль «Основы циркового искусства» является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по цирковому искусству «КАСКАДик», имеет художественную направленность, способствует физическому и эстетическому развитию учащихся путем формирования умений и навыков в различных жанрах циркового искусства.

Содержание образовательного модуля «Основы циркового искусства» представлено на стартовом уровне сложности содержания образования.

Целью 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 учащийся:

- узнают отличительные особенности разных жанров циркового искусства;
- овладеют методами страховки и само страховки;
- научатся выполнять упражнения общефизической подготовки;
- овладеют техникой вращения палочки;
- научатся исполнять элементы пластической акробатики;
- научатся крутить 3 хула-хупа в различных комбинациях;
- разовьёт свои физические качества - координацию движений, гибкость, ловкость, выносливость.

Для обучения принимаются все желающие в возрасте от 5 до 7 лет. Необходим медицинский допуск от врача.

Образовательный модуль рассчитан на 1 год обучения. Трудоёмкость модуля 144 часа.

## Оглавление

1. Пояснительная записка .....	4
2. Учебно-тематический план .....	8
3. Содержание .....	9
4. Календарный учебный график .....	15
5. Контрольно-оценочные средства .....	19
6. Условия реализации образовательного модуля .....	24
7. Список литературы .....	25

## Пояснительная записка

Образовательный модуль «Основы циркового искусства» является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по цирковому искусству «КАСКАДик», имеет *художественную направленность*, способствует физическому и эстетическому развитию учащихся путем формирования умений и навыков в различных жанрах циркового искусства.

Содержание образовательного модуля «Основы циркового искусства» представлено на *стартовом уровне* сложности содержания образования.

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 дополнительного образования: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года и др.
- Социальным заказом общества - потребностями и интересами учащихся, их родителей.

Уровень физического здоровья основной части детей остаётся низким. Поэтому актуальна работа по развитию и укреплению двигательных способностей учащихся. Обучение по образовательному модулю способствует физическому развитию и укреплению организма, 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 модуля подобраны в соответствии с актуальными потребностями учащихся. Благодаря индивидуальному подходу удается в наибольшей степени раскрыть возможности учащихся, пробудить живой

интерес к занятиям цирковым искусством, физическими упражнениями, сформировать установку на здоровый образ жизни.

*Педагогическая целесообразность* создания образовательного модуля обусловлена наличием у детей интереса к занятиям цирковым искусством, физической культурой, потребностью активно двигаться. В процессе обучения решаются 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, адаптации к физическим нагрузкам, сопротивляемости простудным заболеваниям.

*Адресат образовательного модуля, особенности набора учащихся.* Образовательный модуль адресован учащимся в возрасте 5-7 лет, желающим освоить жанры циркового искусства, заниматься двигательной активностью. При зачислении наличия базовых знаний и специальной подготовки не требуется. Необходим медицинский допуск от врача. Зачисление осуществляется по желанию учащегося и заявлению родителя (законного представителя). При наличии свободных мест учащиеся зачисляются по результатам собеседования на любом этапе обучения в указанном возрастном диапазоне.

*Возрастные и психологические особенности детей 5-7 лет.* Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребёнка, общения со сверстниками. Возрастные особенности детей 5-7 лет уже позволяют понимать перестроения, чувствовать партнёра и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Важнейшее новообразование в развитии личности в этом возрасте становится осознание мотива «я должен», «я смогу», которое начинает постепенно преобладать над мотивом «я хочу».

*Срок реализации образовательного модуля – 1 год.*

*Трудоёмкость образовательного модуля – 144 часа.*

*Продолжительность и режим занятий* для групп - 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа 25 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 12 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;
- 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.

В связи с тем, что образовательный модуль адресован учащимся дошкольного возраста, *планируемые результаты освоения образовательного модуля* рассматриваются как *возможные достижения учащихся:*

*Личностные.*

*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:*

- 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;
- научатся 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 «Основы циркового искусства» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по цирковому искусству «КАСКАДик» получают документ об обучении установленного образца.

## Учебно-тематический план

№	Название разделов, тем	Количество часов	Формы контроля/ аттестации
1.	Вводное занятие.	2	педагогическое наблюдение, опрос
2.	Общая физическая подготовка.	48	
2.1.	Ходьба, бег.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.2.	Упражнения для рук и плечевого пояса.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.3.	Упражнения для шеи.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.4.	Упражнения для туловища.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.5.	Упражнения для ног.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.6.	Упражнения на развитие гибкости.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.7.	Статические упражнения.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
2.8.	Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции.	6	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.	Пластическая акробатика.	20	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.	Оригинальный жанр:	28	
4.1.	Вращение хула-хупов.	20	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.2.	Вращение палочек.	8	педагогическое наблюдение, практическое задание
5.	Эквилибристика на катушках.	26	педагогическое наблюдение, практическое задание
6.	Работа над фрагментами массового номера.	16	педагогическое наблюдение, концерт
7.	Концертная деятельность.	4	педагогическое наблюдение, концерт
Итого часов:		144	

## Содержание

### 1. Вводное занятие.

*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 полукульбита; 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, полу-шпагат, 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 вперед 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 фрагментами 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

№ п/п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1.		1. Вводное занятие.	Влияние физических нагрузок на развитие организма. Техника безопасности и правила поведения. Этика общения в коллективе.	2
2.		4.2. Оригинальный жанр. Вращение палочек.	Вращение палочки перед собой. Вращение палочки с пируэтом.	2
3.		4.2.	Вращение палочки перед собой. Вращение палочки с пируэтом.	2
4.		2.3. Упражнения для шеи.	Комплекс упражнений для мышц шеи.	2
5.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хупа.	Вращение обруча на руке перед собой.	2
6.		2.2. Упражнения для рук и плечевого пояса.	Комплекс упражнений для мышц рук.	2
7.		3. Пластическая акробатика.	Основные понятия. мост, кульбит, шпагат, полу-шпагат.	2
8.		2.2.	Комплекс упражнений для плечевого пояса.	2
9.		5. Эквилибристика на катушках.	Понятие «катушка». Правила техники безопасности при работе с катушками. Стойка на одной катушке у опоры.	2
10.		2.1. Ходьба, бег.	Разновидности ходьбы.	2
11.		4.2. Вращение палочек.	Вращение палочки в правой и левой руке. Вращение в движении.	2
12.		4.2.	Вращение палочки в правой и левой руке. Вращение в движении.	2
13.		2.1. Ходьба, бег.	Разновидности бега.	2
14.		3. Пластическая акробатика.	Основные понятия, стойка на лопатках, на груди, на предплечьях. на голове и на прямых руках.	2
15.		5. Эквилибристика на катушках.	Правила ухода и хранения катушек. Стойка на одной катушке у опоры.	2
16.		2.5. Упражнения для ног.	Комплекс упражнений для ног.	2
17.		4.1. Вращение хула-хупов.	Вращение одного обруча перед собой с передачей с одной руки в другую.	2
18.		5.Эквилибристика на катушках.	Стойка на одной катушке с отрыванием рук от опоры.	2

19.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Изучение последовательности элементов в фрагменте массового номера (вращение палочки).	2
20.		2.1. Ходьба, бег.	Разновидности ходьбы.	2
21.		2.6 Упражнения на развитие гибкости.	Упражнения на развитие гибкости, махи, шпагаты.	2
22.		3. Пластическая акробатика.	«Мост» из положения лежа на спине. «Мост» из положения сидя; мост из положения стоя с помощью педагога и без.	2
23.		2.7. Статические упражнения.	Статические упражнения равновесие на одной ноге, вторая - сзади, спереди, сбоку.	2
24.		4.1. Вращение хула-хупов.	Вращение хула-хупа на талии.	2
25.		2.7. Статические упражнения.	Статические упражнения стойка на голове толчком двумя ногами.	2
26.		6. Работа над фрагментами массового номера	Отработка чистоты и чёткости выполнения элементов, соединение в связки.	2
27.		6.	Отработка чистоты и четкости выполнения элементов, соединение в связки.	2
28.		2.3. Упражнения для шеи.	Комплекс упражнений для мышц шеи.	2
29.		3. Пластическая акробатика.	Кувьрки (кульбиты) через голову из упора присев прямо, вперед, назад.	2
30.		7. Концертная деятельность.	Концерт – дебют. Промежуточная аттестация.	2
31.		5. Эквилибристика.	Стойка на одной катушке без опоры, приседания.	2
32.		4.1. Вращение хула-хупов.	Вращения хула-хупа на коленях.	2
33.		2.2. Упражнения для рук и плечевого пояса.	Комплекс упражнений для плечевого пояса.	2
34.		2.8. Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции.	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра «путаница», игра «повтори, не ошибись».	2
35.		3. Пластическая акробатика.	«Колесо» с последовательной и равномерной опорой обеими руками через стойку на руках ноги врозь.	2
36.		2.5. Упражнения для ног.	Прыжки на двух ногах, прыжки поочередно на одной ноге, прыжки через небольшое препятствие.	2
37.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка чистоты и чёткости выполнения элементов, соединение в связки. Отработка нужного темпа исполнения.	2
38.		2.8.	Упражнения на развитие пространственной ориентации, равновесия, скорости и реакции:	2

			упражнение «Двигательный диктант» - по шагам.	
39.		5.Эквилибристика.	Перелезание через обруч стоя на катушке.	2
40.		2.5. Упражнения для ног.	Прыжки через скакалку.	2
41.		3. Пластическая акробатика.	Шпагат, полу-шпагат на правую, левую ногу.	2
42.		2.4. Упражнения для туловища.	Упражнения на шведской стенке – подъёмы ног в группировке, удержание ног в подъёме.	2
43.		2.3. Упражнения для шеи.	Комплекс упражнений для мышц шеи.	2
44.		4.1. Вращение хула-хупов.	Вращение одного обруча на груди, шее.	2
45.		2.6. Упражнения на развитие гибкости.	Комплекс упражнений на развитие гибкости.	2
46.		5. Эквилибристика.	Приседания на катушке. Перелезание через обруч, стоя на катушке.	2
47.		5.	Приседания на катушке. Перелезание через обруч, стоя на катушке.	2
48.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка согласованности и синхронности движений с другими учащимися.	2
49.		2.4. Упражнения для туловища.	Упражнения на развитие брюшного пресса.	2
50.		5. Эквилибристика.	Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, стоя на катушке.	2
51.		5.	Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, стоя на катушке.	2
52.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка синхронности движений массового номера.	2
53.		4.1. Оригинальный жанр. Вращение хула-хуп.	Передача обруча во время вращения из руки в руку, сочетание передачи обруча с пируэтом. Подъём обруча с талии и груди на руку.	2
54.		2.6. Упражнения на развитие гибкости.	Махи ногами вперед, назад, в сторону. Шпагаты на правую - левую ногу, поперечный.	2
55.		3. Пластическая акробатика.	Переворот вперед на две ноги (со страховкой), переворот вперед на одну ногу без страховки.	2
56.		3.	Переворот вперед на две ноги (со страховкой), переворот вперед на одну ногу без страховки.	2
57.		2.7. Статические упражнения.	Статические упражнения стойка на голове махом одной ноги, толчком через группировку.	2
58.		4.1. Вращение хула-хупов.	Вращение двух обручей в двух руках. Вращение двух обручей в руках методом «восьмёрка».	2
59.		2.8.	Упражнения на развитие пространственной ориентации: игра «путаница», игра «повтори, не ошибись».	2
60.		5. Эквилибристика.	Вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.	2

61.		6. Работа над фрагментами массового номера.	Отработка синхронности движений массового номера.	2
62.		3. Пластическая акробатика.	Переворот вперёд на одну ногу без страховки; переворот вперёд через одну руку со страховкой и без неё.	2
63.		5. Эквилибристика.	Заход и сход с катушки, стоящей на полу.	2
64.		4.1. Вращение хула-хупов.	Вращение двух обручей в двух руках одновременно (руки в стороны), в продольном и горизонтальном направлении.	2
65.		4.1.	Вращение двух обручей в двух руках одновременно (руки в стороны), в продольном и горизонтальном направлении.	2
66.		5. Эквилибристика.	Пролезание через обруч, стоя на катушке. Вращение палочки, вращение обруча на талии и в руках, стоя на катушке.	2
67.		2.4. Упражнения для туловища.	Упражнения на шведской стенке – подъёмы ног в группировке, удержание ног в подъёме.	2
68.		3. Пластическая акробатика.	Отработка основных акробатических элементов: кульбиты, перевороты, шпагаты, мосты.	2
69.		6.	Отработка чистоты и чёткости выполнения элементов, соединение в связки.	2
70.		4.1. Вращение хула-хуп.	Отработка техники вращения хула-хупов.	2
71.		5. Эквилибристика.	Выполнение приседаний на катушке. Пролезание через обруч, стоя на катушке.	2
72.		7. Концертная деятельность.	Концерт. Итоговая аттестация.	2
Итого часов:				<b>144</b>

## Контрольно-оценочные средства

Формы контроля и подведения итогов реализации  
образовательного модуля «Основы циркового искусства»  
ДООП по цирковому искусству «КАСКАДик»

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
<b>Текущий контроль</b>		
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.
<b>Промежуточная аттестация</b>		
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.
<b>Итоговая аттестация</b>		
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 ОМ

Критерии	Степени выраженности критерия	Баллы
<b>Достижение личностных результатов</b>		
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	- владеет представлениями о безопасном и здоровом образе жизни;	8-10

и безопасного образа жизни	- имеет положительную мотивацию к безопасному и здоровому образу жизни; - 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
<b>Самоопределение</b>		
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
<b>Достижение метапредметных результатов</b>		
<b>Коммуникативные универсальные учебные действия</b>		
Сформированность умений учебного сотрудничества	- договаривается о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходит к общему с партнёрами по деятельности решению;	8-10

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формулирует и аргументирует собственное мнение, учитывает мнения, отличные от собственного;</li> <li>- проявляет позитивное отношение к совместной деятельности</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- договаривается о распределении и функций и ролей в совместной деятельности, может сформулировать своё мнение;</li> <li>- не всегда готов учитывать мнения, отличные от собственного;</li> <li>- к совместной деятельности проявляет нейтральное или позитивное отношение</li> </ul>	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- включается в диалог, при групповой работе не активен;</li> <li>- при распределении функций и ролей нуждается в помощи извне;</li> <li>- недостаточно чётко формулирует высказывания, собственное мнение не аргументирует, «навязывает» другим;</li> <li>- проявляет нейтральное или отрицательное отношение к совместной деятельности</li> </ul>	0-3
Сформированность умения разрешать конфликты в процессе сотрудничества (конфликтная компетентность)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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</li> </ul>	8-10
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- стремится разрешить конфликт, однако не всегда адекватно оценивает конфликтную ситуацию;</li> <li>- стремится привлечь педагога к разрешению конфликта, не всегда выбирает эффективную тактику поведения в конфликтной ситуации</li> </ul>	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- отстраняется от разрешения конфликта, в процессе конфликта выбирает неэффективную тактику поведения;</li> <li>- в конфликтной ситуации (агрессивен, безразличен);</li> <li>- переносит конфликт за пределы учебной ситуации на межличностные отношения</li> </ul>	0-3
Познавательные универсальные учебные действия		
Креативность в выполнении практических заданий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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</li> </ul>	8-10
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполняет действия и практические задания, внося собственные вариации, импровизирует, отталкиваясь от внешних стимулов</li> </ul>	4-7
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполняет действия на основе образца, иногда с небольшими вариациями</li> </ul>	0-3
Сформированность навыков постановки и решения проблем	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> </ul>	8-10

	- способен самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем творческого и поискового характера	
	- 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
<b>Регулятивные универсальные учебные действия</b>		
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 обстоятельства; - не способен конструктивно действовать в ситуации неуспеха	0-3
<b>Достижение предметных результатов</b>		
<b>Теоретическая подготовка</b>		
Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	8-10
	- освоил знания в объёме более ½ объёма знаний, предусмотренных программой	4-7
	- овладел менее чем ½ 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 практических умений и навыков программным требованиям	- учащийся освоил практически весь объём умений и навыков, предусмотренных программой в конкретный период	8-10
	- учащийся освоил более ½ объёма умений, предусмотренных программой	4-7
	- учащийся овладел менее чем ½ объёма 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"><li>– моноциклы - 9 шт.;</li><li>– горизонтальные и вертикальные катушки;</li><li>– столы;</li><li>– досточки;</li><li>– маленький обруч - 9 шт.</li></ul>
Акробатика	<ul style="list-style-type: none"><li>– маты;</li><li>– дорожки;</li><li>– гимнастические коврики - 15 шт.</li></ul>
Оригинальный жанр	<ul style="list-style-type: none"><li>– хула-хупы - 82 шт.;</li><li>– палочки - 18 шт.</li></ul>

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. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». — Москва : Эксмо, 2014. -144 с.
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»: принят Гос. Думой 22 июля 2020 г.: одобрен Советом Федерации 24 июля 2020 г. - Текст: электронный//Российская газета. – 2020. - 7 августа. - Федеральный выпуск № 174(8228)/ - URL: <https://rg.ru/2020/08/07/ob-obrazovanii-dok.html> (дата обращения: 30.05.2024).
3. 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).
4. Российская Федерация. Правительство. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года : [утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р] // Правительство Российской Федерации : официальный сайт. – URL: <http://static.government.ru/media/files/3fIgkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf> (дата обращения: 30.05.2024).
5. 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.
6. 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).
7. 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).

8. 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](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. Игнашенко, А. М. Акробатика / А. М. Игнашенко. – Москва : Книга по Требованию, 2012. - 157 с.
7. Коллюцкий, В. Н. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие / В. Н. Коллюцкий, И. Ю. Кулагина. – Москва : Трикста, 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: 30.05.2024).
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.