

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» города Чебоксары Чувашской Республики

Протокол № 1
педагогического совета от
«30» 08 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ЦДТ
Н.В. Алексеева
приказ № 19-01 от 30.08 2016 г.



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
творческого объединения
«Арлекин»**

(Обучение цирковому искусству)

Направленность: физкультурно-спортивная

Для детей от 7 до 18 лет

Срок реализации – 5 лет

Отдел ЦДТ – музыкально эстетический

педагога дополнительного образования
Анисимова Сергея Витальевича
Анисимовой Юлии Александровны

г. Чебоксары

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	4
Содержание программы	12
Учебный план	19
Календарный учебный график	20
Методический материал	40
Аттестация учащихся по данной программе	49
Список литературы	50

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы

Формирование творческих способностей и развитие таланта имеет огромное значение в становлении личности детей и подростков, в их эстетическом воспитании и воспитании духовной культуры.

В процессе обучения цирковому искусству ярко проявляются индивидуальные черты детей и подростков: творческие способности, наличие воли и сосредоточенности, целеустремленность, умение контактировать со сверстниками и публикой. Обучаясь жонглированию, эквилибристике, дети и подростки открывают для себя неожиданное для себя умение и способности к цирковым жанрам. Обучение детей и подростков цирковым дисциплинам способствует развитию памяти, ритма, пластичности, ловкости и актерских способностей, прививает любовь к совместному творческому труду и стимулирует творческую инициативу. Общение в цирковом коллективе - прекрасное средство для индивидуального развития, а также для установления взаимоотношений с людьми.

Программа формирует у детей и подростков творческие способности, делает жизнь в коллективе понятной самим ребятам и имеющей смысл для них самих.

В процессе практических занятий в студии, одновременно с умением работать в коллективе, развиваются индивидуальные творческие способности детей и подростков. Каждое новое занятие способствует росту циркового мастерства, расширяет кругозор студийцев, накапливает их знания о цирковом искусстве, развивает творческую фантазию, вносит яркость и неповторимую индивидуальность в каждого юного артиста.

Данная программа призвана заложить фундамент для развития таланта детей и подростков, привить интерес к цирковому творчеству, вовлечь студийцев в активную творческую деятельность.

Нормативно-правовая база программы

- *ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ*
- *Государственная концепция развития дополнительного образования от 4.09.2014 № 1726-р*
- *Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей*
- *СанПиН 2.4.4.3172-14*
- *Постановление Главного гос. санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41*
- *Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 (Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам)*
- *Устав МБОУДО «Центр детского творчества» г. Чебоксары*

- *Документы, которыми вы руководствуетесь при разработке программы(сборник программ, типовая программа и др.)*

Возраст учащихся и сроки реализации программы

Возраст обучающихся: от 7 до 18 лет.

1 группа младшая от 7-10 лет

2 группа средняя от 10-13 лет

3 группа старшая от 13-18 лет

Сроки реализации программы: 5 лет.

1-й этап обучения – подготовительный

2-й этап обучения – ознакомительный

3-й этап обучения – основной

4-й этап обучения – совершенствование

5-й этап обучения – выпускной.

Цель программы

Развитие координации движений, артистизма, ловкости, силы воли, ответственности, творческого воображения и других разносторонних способностей ребенка через приобщение его к цирковому искусству.

Задачи

Обучающие:

-познакомить обучающихся с основными цирковыми жанрами;

-обучить основным элементам акробатики и жонглирования (классическое и неклассическое).

Развивающие:

-развить умение ритмично двигаться под музыку;

-способствовать развитию отдельных групп мышц и всей мышечной системы организма в целом;

-способствовать развитию творческих способностей обучающихся;

-развить исполнительские качества - артистизм и эмоциональность;

-сформировать правильную осанку, походку, скоординированность движений;

- способствовать развитию гибкости, пластики, силы, выносливости;

-развить умение работать в команде;

-сформировать умение ставить цели и достигать их.

-формировать привычку здорового образа жизни.

Воспитательные:

- воспитывать смелость, решимость, активность, целеустремленность, настойчивость, упорство, выдержку;
- воспитать у воспитанников терпение, трудолюбие и волю;
- воспитать эстетический вкус;
- воспитать культуру общения с окружающими.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Организация образовательного процесса:

В группу принимаются все желающие по состоянию здоровья после осмотра медицинского заключения или справки из больницы.

Форма занятий: групповые (теория, практика) и индивидуальные (практика). С учетом возрастных и психолого-педагогических особенностей структура программы предполагает постепенное спиральное расширение и существенное углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся, более глубокое усвоение материала путем последовательного прохождения по годам обучения.

- общее число часов в год – 144 для первого и второго года обучения, 216 для третьего, четвертого и пятого года обучения.

- число часов в неделю для первого и второго года обучения 4 часа и 6 часов для третьего, четвертого и пятого года обучения.

- число занятий в неделю для первого и второго года обучения 2 раза в неделю по 2 часа с перерывом на 15 минут и 3 раза в неделю по 2 часа с перерывом на 15 минут для третьего, четвертого и пятого года обучения.

Психологическая поддержка программы

Особенности данной программы предполагают построение урока в форме чередования теоретических и практических видов занятий. Программа урока включает в себя так же специализированные игры, дающие возможность снять напряжение, приобретение уверенности и ощущения комфорта в среде сверстников.

Методическое обеспечение программы

Программа реализуется по следующим принципам:

- целесообразность подбора заданий , тем в зависимости от педагогических задач и возможностей учащихся;
- постепенное усложнение репертуара и поставленных задач;
- учет индивидуальных особенностей детей, подбор учебного материала в соответствии с возможностями и уровнем подготовки обучающихся;
- планомерное обучение обучающихся цирковому мастерству, настроения, эмоций, выполняемых поставленных задач.

Условия реализации программы

Для проведения занятий необходимо:

- 1) Помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим и техническим нормам, обеспечивающееся тепло- и энергоснабжением в пределах общего режима здания, хорошо проветриваемое.
- 2) Кабинет-склад, оборудованный полками для хранения реквизита.
- 3) Аудиоаппаратура для проведения занятий под музыку.
- 4) Маты.
- 5) Цирковой реквизит: мячи, кольца, булавы, диаволо, тарелочки, катушки, канат, моноцикл.

Прогнозируемые результаты реализации программы

Дети первого года обучения должны знать:

- основные цирковые термины;
- правила техники безопасности при выполнении отдельных трюков и упражнений.
- основные понятия циркового жанра («эквилибр»);
- теорию одиночного и парного жонглирования.
- основные понятия циркового жанра («парная акробатика», «диаволо»).

Дети первого года обучения должны уметь:

- выполнять основные элементы по общей физической и специальной подготовке, а так же акробатике;
- выполнять несложные цирковые упражнения с предметами (мячи, кольца, булавы);
- вращать два и три обруча на туловище и в руках;
- выполнять несложные упражнения с диаволо;
- жонглировать 2-мя мячами и 2-мя кольцами;
- выполнять элементарные упражнения циркового жанра «эквилибр».
- правильно и четко выполнять акробатические упражнения;
- выполнять несложные элементы с тарелочкой в движении;

Дети второго года обучения должны знать:

- основные цирковые термины;
- правила техники безопасности при выполнении отдельных трюков и упражнений.
- основные понятия циркового жанра «эксцентрика»
- теорию одиночного и парного жонглирования.
- основные понятия циркового жанра («парная акробатика», «каучук»).

Дети второго года обучения должны уметь:

- выполнять основные элементы по общей физической и специальной подготовке, а так же акробатике;
- выполнять несложные цирковые упражнения с предметами (мячи, кольца, булавы);
- свободно двигаться под музыку при выполнении упражнений (трюков).
- выполнять несложные упражнения с диаволо: подкидывание вверх, перебрасывание через ногу.
- жонглировать 3-мя мячами;
- уверенная стойка на катушке выполняя повороты влево, вправо.
- свободно двигаться под музыку и импровизировать, выполняя различные трюковые элементы.

Дети третьего года обучения должны знать:

- основные цирковые термины: ходулисты, слэक्лайн.
- правила техники безопасности при выполнении отдельных трюков и упражнений.
- основные понятия циркового жанра «канатоходство»
- теорию свободного и натянутого канатоходства.
- основные понятия циркового жанра («ходули»,).

Дети третьего года обучения должны уметь:

- выполнять основные элементы по общей физической и специальной подготовке, а так же акробатике;
- выполнять простые цирковые упражнения на канате;
- свободно двигаться под музыку при выполнении упражнений (трюков).
- выполнять упражнения на ходулях: прохождение препятствий, уверенное хождение.
- жонглировать 4-мя мячами;
- уверенная стойка на двух катушках выполняя повороты влево, вправо.
- свободно двигаться под музыку и импровизировать, выполняя различные трюковые элементы.

Дети четвертого года обучения должны знать:

- основные цирковые термины: фонтан, коробочка, милс месс, робот, флауэрс, топорик и т.д.
- правила техники безопасности при выполнении отдельных трюков и упражнений.
- теорию одиночного, парного и группового жонглирования.
- основные понятия циркового жанра («групповое жонглирование», «баланс»).

Дети четвертого года обучения должны уметь:

- выполнять основные элементы по общей физической и специальной подготовке.
- выполнять базовые цирковые трюки с предметами (мячи, кольца, булавы);

- свободно двигаться под музыку при выполнении трюков.
- выполнять упражнения с диаволо: парная перекидка, лифт, сетка.
- жонглировать 4-мя мячами;
- стойка на трех катушках.
- свободно двигаться под музыку и импровизировать, выполняя различные трюковые элементы.

Дети пятого года обучения должны знать:

- основные цирковые термины: соло-жонглер, эквилибрист, уницикл.
- правила техники безопасности при выполнении отдельных трюков и упражнений.
- теорию езды на одноколесном велосипеде.
- основные понятия циркового жанра (уницикл).

Дети пятого года обучения должны уметь:

- выполнять основные элементы по общей физической и специальной подготовке.
- выполнять цирковые стандарты с предметами (мячи, кольца, булавы,)
- свободно двигаться под музыку при выполнении трюков.
- выполнять упражнения с диаволо: закрутка двух диавол и подбрасывание.
- жонглировать 4-мя мячами, кольцами, 3 булавами;
- стойка на трех катушках с элементами жонглирования и выполнением дополнительных трюков.
- свободно двигаться под музыку и импровизировать, выполняя различные трюковые элементы.

Формы и сроки аттестации обучающихся. Способы оценки качества реализации программы

Педагог осуществляет контроль качества полученных учащимися знаний, умений и навыков, путем проведения промежуточной аттестации в феврале и отчетного концерта в мае учебного года. Показателем уровнем качества знаний и исполнительского мастерства являются концертные выступления коллектива, участие коллектива в различных конкурсах, фестивалях.

Оценочные материалы

Исполнительское мастерство оценивается на:

«отлично» - качество умения выполненных трюков, с творческим подходом и артистизмом.

«хорошо» - умения выполненных трюков с небольшими недочетами, но с творческим подходом и артистизмом

«удовлетворительно» - умения выполненных трюков с грубыми нарушениями, отсутствие артистизма и творчества.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№	Тема	1 год обуч.			2 год обуч.			3 год обуч.			4 год обуч.			5 год обуч.		
		В	Т	П	В	Т	П	В	Т	П	В	Т	П	В	Т	П
1	Вводное занятие	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2
2	ОФП,СФ П	10	2	8	12	2	12	20	2	18	15	2	13	25	2	23
3	Акробатика	14	3	33	16	3	33	30	2	27	36	2	34	28	2	26
4	Игра с тарелочками	12	1	9	13	2	10	5	1	4	6	1	5	5	1	4
5	Хождение на ходулях	12	1	9	15	2	15	10	1	4	7	1	6	6	1	5
6	Хождение по канату	12	1	9	14	2	13	10	1	4	7	1	6	6	1	5
7	Игра с диаволо	21	2	17	26	3	27	35	2	33	31	2	29	33	2	31
8	Игра со скакалкой	12	1	9	17	2	13	20	2	18	12	1	11	22	2	20
9	Жонглирование	25	2	18	35	3	32	45	2	53	60	3	57	52	2	50
10	Баланс	18	2	8	25	2	30	25	2	23	32	2	30	28	2	26
11	Итоговое занятие	4	2	2	6	3	3	6	2	4	6	2	4	7	2	5
	Итого	144	32	112	216	37	179	216	32	112	216	24	192	216	26	194

Календарный учебный график

Календарный учебный график на учебный год утверждается ежегодно приказом директора МБОУДО «Центр детского творчества» г. Чебоксары, календарный учебный график вносится в рабочую программу творческого объединения.

Календарный учебный график
МБОУДО "ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА"
г. Чебоксары на 2015-2016 учебный год

Продолжительность учебного года в МБОУДО «Центр детского творчества» г. Чебоксары

Начало учебного года – 01.09. 2015г.

Начало учебных занятий – 14.09.2015 г.

Продолжительность учебного года – 52 недели.

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 год обучения	3-й и более год обучения
Начало учебного года	1 сентября 2015 г.	1 сентября 2015 г.	1 сентября 2015 г.
Начало учебных занятий	по расписанию	по расписанию	по расписанию
Продолжительность учебного года	52 недели	52 недели	52 недели
Текущий контроль успеваемости	в течение учебного года по плану	в течение учебного года по плану	в течение учебного года по плану
Промежуточная аттестация учащихся	согласно Положения об аттестации учащихся, апрель-май 2016 г.	согласно Положения об аттестации учащихся, апрель-май 2016 г.	согласно Положения об аттестации учащихся, апрель-май 2016 г.
Окончание учебного года по дополнительным образовательным программам	31 мая 2016 г.	31 мая 2016 г.	31 мая 2016 г.
Реализация дополнительных краткосрочных образовательных программ в летний период	1 июня -31 августа 2016 г.	1 июня -31 августа 2016 г.	1 июня -31 августа 2016 г.
Окончание учебного года	31 августа 2016 г.	31 августа 2016 г.	31 августа 2016 г.
Продолжительность занятий	3-4 года: 15мин. 4–5 лет: 20мин. 6- 7лет: 30 мин. 7-18 лет: 45 мин.	4-5 лет:20 мин. 6-7лет: 30 мин. 7-18 лет: 45 мин. 7-18 лет: 45 мин.	6-7лет: 30 мин. 7-18 лет: 45 мин. 7-18 лет: 45 мин.
Режим занятий в каникулы	Кроме праздничных дней учебные занятия ведутся в форме экскурсий, походов, соревнований, конкурсов и др. с учетом учебной нагрузки педагогов		
Каникулы осенние	2-8 ноября 2015 г.		

Каникулы зимние	30 декабря 2015 г. – 10 января 2016 г.
Доп. каникулы первоклассников	8-14 февраля 2016 г.
Каникулы весенние	24 марта - 03 апреля 2016 г.
Каникулы летние	01 июня - 31 августа 2016 г.

Окончание учебного года - 31.08.2016 г.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Тема	1 год обуч.		
		В	Т	П
1	Вводное занятие	4	2	2
2	ОФП,СФП	10	2	8
3	Акробатика	14	3	33
4	Игра с тарелочками	12	1	9
5	Хождение на ходулях	12	1	9
6	Хождение по канату	12	1	9
7	Игра с диаволо	21	2	17
8	Игра со скакалкой	12	1	9
9	Жонглирование	25	2	18
10	Баланс	18	2	8
11	Итоговое занятие	4	2	2
	Итого	144	32	112

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Знакомство с цирковыми жанрами и дисциплинами программы на учебный год. Техника безопасности на занятиях в зале при выполнении отдельных трюков и упражнений.

ТЕСТИРОВАНИЕ (просмотр обучающихся, с целью выявления их физиологических данных и физической подготовки на начало учебного года).

2. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)

Общие понятия:

- инструктаж по ТБ;
- гигиенические требования;
- правила выполнения упражнений на формирование правильной осанки;
- строй, шеренга, колонна;
- дистанция, интервал;
- предварительные и исполнительные части команд;
- основная стойка.

Основная терминология по предмету.

РАЗМИНКА (с нее начинается каждое групповое занятие):разминание рук:

волна,сгибание, сжимание, сцепка за спиной. Наклоны туловища, вращательные движения. Разминание ног: ходьба на носках, высоко поднимая согнутую ногу, скрестный шаг. Бег: обычный, на носках, высоко поднимая ногу (колени), с захлестом голени назад, с прямыми ногами вперед, назад. Прыжки: на двух ногах и поочередно, приставными шагами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка правильного и четкого исполнения вышеперечисленных команд.

Упражнения:

- сгибание и разгибание туловища, касаясь ногами за головой на большее количество раз;
- то же, но ноги закреплены;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- хождение на руках с поддержкой за ноги;

3. СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)

Варианты выполнения упражнений:

- наклон, вперед сидя, ноги вместе, касаясь грудью колен;
- наклон, вперед сидя, ноги врозь (широко), касаясь грудью пола;
- «шпагат» правый, левый, прямой;
- стойка «мост» из положения, лежа или стоя;
- равновесие «ласточка».

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: многократное выполнение упражнений.

4. АКРОБАТИКА

Понятия:

- стойка на лопатках,
- стойка на голове,
- перекаты в группировке вперед и назад,
- кувырок вперед,
- кувырок назад,
- длинный кувырок вперед.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка правильного и точного исполнения акробатических упражнений и соединение их в несложные композиции.

5.ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЦИРКОВЫЕ ЖАНРЫ

5.1 ЖОНГЛИРОВАНИЕ

Понятие цирковой реквизит, название предметов для классического жонглирования: мячи и кольца, основная стойка при жонглировании, методы жонглирования: «каскад», «колонны».

Показ разных методов жонглирования мячами и кольцами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка техники классического жонглирования:

- один мяч подбрасывать вверх и ловить этой же рукой;
- один мяч подбрасывать из правой руки в левую и наоборот, сохраняя при этом одинаковую траекторию полета мяча;
- два мяча подбрасывать двумя руками вверх и ловить синхронно;
- два мяча жонглировать двумя руками методом «каскад»;
- два мяча подбрасывать на крест попеременно правой и левой рукой, меняя при этом местами мячи;

5.2 БАЛАНС

Понятие «баланс»

Демонстрация стойки на катушках (цилиндрах)

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка стойки на катушках.

- стойка на одной катушке;

5.3 ДИАБОЛО

Понятие о цирковом названии диаволо

Демонстрация игры с диаволо

- раскрутка диаволо;
- подкидывание диаволо;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка техники раскрутки диаволо.

6.СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ.

6.1 Хожение на ходулях

Понятие «ходули», демонстрация;

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение на ходулях.

6.2 Занятия со скакалкой

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Игра - упражнение со скакалкой «Кто больше раз перепрыгнет через большую скакалку»;

6.3 Тарелочка на палочке (пластиковая тарелочка со специальными бортиками)

Понятие «тарелочка», демонстрация;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Вращательные движения тарелочки, подкидывание, перебрасывание;

6.4 Хожение по канату (slackline)

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение по канату;

7. ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

-репетиции концертных номеров;

-участие в праздничных мероприятиях;

-проведение спортивно-развлекательных праздников и эстафет совместно с другими детскими объединениями;

-посещение цирковых представлений;

- участие в концертных программах.

8. ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

8.1. По ОФП и СФП

Показательные выступления. Подведение итогов.

8.2. Жонглирование, баланс, диаболо, тарелочки, ходули, скакалка.

Выступления. Подведение итогов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

II год обучения

№	Тема	2 год обуч.		
		В	Т	П
1	Вводное занятие	4	2	2
2	ОФП,СФП	12	2	12
3	Акробатика	16	3	33
4	Игра с тарелочками	13	2	10
5	Хожение на ходулях	15	2	15
6	Хожение по канату	14	2	13
7	Игра с диаволо	26	3	27
8	Игра со скакалкой	17	2	13
9	Жонглирование	35	3	32
10	Баланс	25	2	30
11	Итоговое занятие	6	3	3
	Итого	216	37	179

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Знакомство с цирковыми жанрами и дисциплинами программы на учебный год. Техника безопасности на занятиях в зале при выполнении отдельных трюков и упражнений.

ТЕСТИРОВАНИЕ (просмотр обучающихся, с целью выявления их физиологических данных и физической подготовки на начало учебного года).

2. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)

Общие понятия:

- инструктаж по ТБ;
- гигиенические требования;
- правила выполнения упражнений на формирование правильной осанки;
- строй, шеренга, колонна, построение и перестроение в шеренгу и колонну, повороты на месте и в движении, передвижение в колонне по прямой, по кругу, змейкой;
- дистанция, интервал, размыкание приставным шагом;
- предварительные и исполнительные части команд;

- основная стойка, акробатические комбинации, состоящие из стоек, упоров, поворотов, перекатов, кувырков (вперед и назад), прыжковых упражнений (стоя на месте и с продвижением в разные стороны).

Основная терминология по предмету.

РАЗМИНКА (с нее начинается каждое групповое занятие):разминание рук: волна, сгибание, сжимание, сцепка за спиной. Наклоны туловища, вращательные движения.

Разминание ног: ходьба на носках, высоко поднимая согнутую ногу, скрестный шаг. Бег: обычный, на носках, высоко поднимая ногу (колени), с захлестом голени назад, с прямыми ногами вперед, назад. Прыжки: на двух ногах и поочередно, приставными шагами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка правильного и четкого исполнения вышеперечисленных команд.

Упражнения:

- сгибание и разгибание туловища, касаясь ногами за головой на большее количество раз;
- то же, но ноги закреплены;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- хождение на руках с поддержкой за ноги;

3. СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)

Варианты выполнения упражнений:

- наклон, вперед сидя, ноги вместе, касаясь грудью колен;
- наклон, вперед сидя, ноги врозь (широко), касаясь грудью пола;
- «шпагат» правый, левый, прямой;
- стойка «мост» из положения, лежа или стоя;
- равновесие «ласточка».

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: многократное выполнение упражнений.

4. АКРОБАТИКА

Понятия:

- стойка на лопатках,
- стойка на голове,
- перекаты в группировке вперед и назад,
- кувырок вперед,
- кувырок назад,
- длинный кувырок вперед,
- стойка на руках

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка правильного и точного исполнения акробатических упражнений и соединение их в несложные композиции.

5.ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЦИРКОВЫЕ ЖАНРЫ

5.1 ЖОНГЛИРОВАНИЕ

Понятие цирковой реквизит, название предметов для классического жонглирования: мячи и кольца, основная стойка при жонглировании, методы жонглирования: «каскад», «крест».

Показ разных методов жонглирования мячами и кольцами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка техники классического жонглирования:

- два мяча подбрасывать двумя руками вверх и ловить синхронно;
- два мяча жонглировать двумя руками методом «каскад»;
- два мяча подбрасывать на крест попеременно правой и левой рукой, меняя при этом местами мячи;
- три мяча жонглировать методом «крест»;
- три мяча жонглировать методом «каскад»;
- два кольца подбрасывать в одной руке поочередно;
- два кольца подбрасывать на крест;
- одна булава подбрасывание из одной руки в другую.

5.2 БАЛАНС

Понятие «баланс»

- самостоятельный заход на катушку,
- демонстрация стойки на катушках (цилиндрах),
- прохождение обруча через тело стоя на одной катушке.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка стойки на катушках.

- стойка на одной катушке;
- стойка на двух катушках.

5.3 ДИАБОЛО

Понятие о цирковом названии диаболо

Демонстрация игры с диаболо

- раскрутка диаболо;
- подкидывание диаболо;
- перекидывание диаболо через ногу,коленку,локоть,шею,с палки на палку;
- перекидка диаболо ;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка техники раскрутки диаболо.

6.СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ.

6.1 Хожение на ходулях

Понятие «ходули», демонстрация;

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хождение на ходулях делая большие шаги, подпрыгивая, перешагивая через препятствия;

6.2 Тарелочка на палочке (пластиковая тарелочка со специальными бортиками)

Понятие «тарелочка», демонстрация;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Вращательные движения тарелочки, подкидывание, перебрасывание;

6.3 Хождение по канату (slackline)

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хождение по канату;

6.4 Занятия со скакалкой

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Игра - упражнение со скакалкой «Кто больше раз перепрыгнет через большую скакалку», парное перепрыгивание через скакалку в определенный ритм.

7. ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

- репетиции концертных номеров;
- участие в праздничных мероприятиях;
- проведение спортивно-развлекательных праздников и эстафет совместно с другими детскими объединениями;
- посещение цирковых представлений;
- участие в концертных программах.

8. ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

8.1. По ОФП и СФП

Показательные выступления. Подведение итогов.

8.2. Жонглирование, баланс, диаболо, тарелочки, ходули, скакалка.

Выступления. Подведение итогов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

III год обучения

№	Тема	3 год обуч.		
		В	Т	П
1	Вводное занятие	4	2	2
2	ОФП,СФП	20	2	18
3	Акробатика	30	2	27
4	Игра с тарелочками	5	1	4
5	Хожение на ходулях	10	1	4
6	Хожение по канату	10	1	4
7	Игра с диаволо	35	2	33
8	Игра со скакалкой	20	2	18
9	Жонглирование	45	2	53
10	Баланс	25	2	23
11	Итоговое занятие	6	2	4
	Итого	216	32	112

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Знакомство с цирковыми жанрами и дисциплинами программы на учебный год. Техника безопасности на занятиях в зале при выполнении отдельных трюков и упражнений.

ТЕСТИРОВАНИЕ (просмотр обучающихся, с целью выявления их физиологических данных и физической подготовки на начало учебного года).

2. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)

Общие понятия:

- инструктаж по ТБ;
- гигиенические требования;
- правила выполнения упражнений на формирование правильной осанки;
- строй, шеренга, колонна, построение и перестроение в шеренгу и колонну, повороты на месте и в движении, передвижение в колонне по прямой, по кругу, змейкой;
- дистанция, интервал, размыкание приставным шагом;
- предварительные и исполнительные части команд;

- основная стойка, акробатические комбинации, состоящие из стоек, упоров, поворотов, перекатов, кувырков (вперед и назад), прыжковых упражнений (стоя на месте и с продвижением в разные стороны).

Основная терминология по предмету.

РАЗМИНКА (с нее начинается каждое групповое занятие):разминание рук: волна, сгибание, сжимание, сцепка за спиной. Наклоны туловища, вращательные движения.

Разминание ног: ходьба на носках, высоко поднимая согнутую ногу, скрестный шаг. Бег: обычный, на носках, высоко поднимая ногу (колени), с захлестом голени назад, с прямыми ногами вперед, назад. Прыжки: на двух ногах и поочередно, приставными шагами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка правильного и четкого исполнения вышеперечисленных команд.

Упражнения:

- сгибание и разгибание туловища, касаясь ногами за головой на большее количество раз;
- то же, но ноги закреплены;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- хождение на руках с поддержкой за ноги;

3. СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)

Варианты выполнения упражнений:

- наклон, вперед сидя, ноги вместе, касаясь грудью колен;
- наклон, вперед сидя, ноги врозь (широко), касаясь грудью пола;
- «шпагат» правый, левый, прямой;
- стойка «мост» из положения, лежа или стоя;
- равновесие «ласточка».

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: многократное выполнение упражнений.

4. АКРОБАТИКА

Понятия:

- стойка на лопатках,
- стойка на голове,
- перекаты в группировке вперед и назад,
- кувырок вперед,
- кувырок назад,
- длинный кувырок вперед,
- стойка на руках

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка правильного и точного исполнения акробатических упражнений и соединение их в более сложные композиции.

5.ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЦИРКОВЫЕ ЖАНРЫ

5.1 ЖОНГЛИРОВАНИЕ

Понятие цирковой реквизит, название предметов для классического жонглирования: мячи и кольца, основная стойка при жонглировании, методы жонглирования: «каскад», «крест», «реверс».

Показ разных методов жонглирования мячами и кольцами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка техники классического жонглирования:

- три мяча жонглировать методом «реверс»;
- три мяча жонглировать методом «каскад»;
- два кольца подбрасывать в одной руке поочередно;
- два кольца подбрасывать на крест;
- три кольца подбрасывать методом «каскад»;
- две булавы перекидывание из одной руки в другую.

5.2 БАЛАНС

Понятие «баланс»

- самостоятельный заход на катушку,
- демонстрация стойки на двух катушках с элементами жонглирования,
- прохождение обруча через тело стоя на двух катушках,
- демонстрация стойки на трех катушках (цилиндрах).

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка стойки на катушках.

- стойка на одной катушке;
- стойка на двух катушках
- стойка на трех катушках

5.3 ДИАБОЛО

Понятие о цирковом названии диаболо

Демонстрация игры с диаболо

- подкидывание диаболо;
- перекидывание диаболо через ногу,коленку,локоть,шею,с палки на палку;
- парная перекидка диаболо,
- массовая перекидка диаболо
- раскрутка двух диаболо;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка техники раскрутки диаболо.

6.СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ.

6.1 Хожение на ходулях

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение на ходулях делая большие шаги, подпрыгивая, перешагивая через препятствия,

Парное хожение на ходулях с элементами жонглирования;

6.2 Тарелочка на палочке (пластиковая тарелочка со специальными бортиками)

Понятие «тарелочка», демонстрация;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Вращательные движения тарелочки, подкидывание, удержание баланса на руке;

6.3 Хожение по канату (slackline)

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение по канату с элементами жонглирования;

6.4 Занятия со скакалкой

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Игра - упражнение со скакалкой «Кто больше раз перепрыгнет через большую скакалку», массовое перепрыгивание через скакалку в определенный ритм, перепрыгивание через скакалку с элементами акробатики.

7. ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

-репетиции концертных номеров;

-участие в праздничных мероприятиях;

-проведение спортивно-развлекательных праздников и эстафет совместно с другими детскими объединениями;

-посещение цирковых представлений;

- участие в концертных программах.

8. ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

8.1. По ОФП и СФП

Показательные выступления. Подведение итогов.

8.2. Жонглирование, баланс, диаболо, тарелочки, ходули, скакалка.

Выступления. Подведение итогов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

IV год обучения

№	Тема	4 год обуч.		
		В	Т	П
1	Вводное занятие	4	2	2
2	ОФП,СФП	15	2	13
3	Акробатика	36	2	34
4	Игра с тарелочками	6	1	5
5	Хожение на ходулях	7	1	6
6	Хожение по канату	7	1	6
7	Игра с диаволо	31	2	29
8	Игра со скакалкой	12	1	11
9	Жонглирование	60	3	57
10	Баланс	32	2	30
11	Итоговое занятие	6	2	4
	Итого	216	24	192

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Знакомство с цирковыми жанрами и дисциплинами программы на учебный год. Техника безопасности на занятиях в зале при выполнении отдельных трюков и упражнений.

ТЕСТИРОВАНИЕ (просмотр обучающихся, с целью выявления их физиологических данных и физической подготовки на начало учебного года).

2. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)

Общие понятия:

- инструктаж по ТБ;
- гигиенические требования;
- правила выполнения упражнений на формирование правильной осанки;
- строй, шеренга, колонна, построение и перестроение в шеренгу и колонну, повороты на месте и в движении, передвижение в колонне по прямой, по кругу, змейкой;
- дистанция, интервал, размыкание приставным шагом;
- предварительные и исполнительные части команд;

- основная стойка, акробатические комбинации, состоящие из стоек, упоров, поворотов, перекатов, кувырков (вперед и назад), прыжковых упражнений (стоя на месте и с продвижением в разные стороны).

Основная терминология по предмету.

РАЗМИНКА (с нее начинается каждое групповое занятие):разминание рук: волна, сгибание, сжимание, сцепка за спиной. Наклоны туловища, вращательные движения.

Разминание ног: ходьба на носках, высоко поднимая согнутую ногу, скрестный шаг. Бег: обычный, на носках, высоко поднимая ногу (колени), с захлестом голени назад, с прямыми ногами вперед, назад. Прыжки: на двух ногах и поочередно, приставными шагами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка правильного и четкого исполнения вышеперечисленных команд.

Упражнения:

- сгибание и разгибание туловища, касаясь ногами за головой на большее количество раз;
- то же, но ноги закреплены;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- хождение на руках с поддержкой за ноги;

3. СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)

Варианты выполнения упражнений:

- наклон, вперед сидя, ноги вместе, касаясь грудью колен;
- наклон, вперед сидя, ноги врозь (широко), касаясь грудью пола;
- «шпагат» правый, левый, прямой;
- стойка «мост» из положения, лежа или стоя;
- равновесие «ласточка».

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: многократное выполнение упражнений.

4. АКРОБАТИКА

Понятия:

- стойка на лопатках,
- стойка на голове,
- перекаты в группировке вперед и назад,
- кувырок вперед,
- кувырок назад,
- длинный кувырок вперед,
- стойка на руках,
- колесо.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка правильного и точного исполнения акробатических упражнений и соединение их в сложные композиции.

5.ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЦИРКОВЫЕ ЖАНРЫ

5.1 ЖОНГЛИРОВАНИЕ

Понятие цирковой реквизит, название предметов для классического жонглирования: мячи и кольца, основная стойка при жонглировании, методы жонглирования: «каскад», «крест», «реверс».

Показ разных методов жонглирования мячами и кольцами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка техники классического жонглирования:

- три мяча жонглировать методом «каскад», «фонтан», «реверс», «колонны»;
- три мяча парная перекидка,
- три кольца подбрасывать методом «каскад», «реверс», «колонны»;
- три кольца парная перекидка,
- три булавы методом «каскад»

5.2 БАЛАНС

Понятие «баланс»

- самостоятельный заход на три катушки;
- демонстрация стойки на трех катушках (цилиндрах),
- демонстрация стойки на трех катушках с элементами жонглирования,
- прохождение обруча через тело стоя на трех катушках.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка стойки на катушках.

- стойка на одной катушке;
- стойка на двух катушках
- стойка на трех катушках

5.3 ДИАБОЛО

Понятие о цирковом названии диаволо

Демонстрация игры с диаволо

- перекидывание диаволо через ногу, коленку, локоть, шею, с палки на палку;
- демонстрация трюков с диаволо: «лифт», «вихрь», «захват»;
- парная перекидка диаволо,
- массовая перекидка диаволо,
- раскрутка двух диаволо;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка техники раскрутки диаволо.

6.СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ.

6.1 Хожение на ходулях

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение на ходулях, синхронное хождение на ходулях в определенный ритм,

Парное хождение на ходулях с элементами акробатики;

6.2 Тарелочка на палочке (пластиковая тарелочка со специальными бортиками)

Понятие «тарелочка», демонстрация;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Вращательные движения тарелочки, подкидывание, удержание баланса на руке, ноге, лбу,

Две тарелочки в одной руке с элементами акробатики;

6.3 Хожение по канату (slackline)

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение по канату с элементами акробатики;

6.4 Занятия со скакалкой

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Игра - упражнение со скакалкой «Кто больше раз перепрыгнет через большую скакалку», массовое перепрыгивание через скакалку в определенный ритм, перепрыгивание через скакалку с элементами акробатики.

7. ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

-репетиции концертных номеров;

-участие в праздничных мероприятиях;

-проведение спортивно-развлекательных праздников и эстафет совместно с другими детскими объединениями;

-посещение цирковых представлений;

- участие в концертных программах.

8. ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

8.1. По ОФП и СФП

Показательные выступления. Подведение итогов.

8.2. Жонглирование, баланс, диаболо, тарелочки, ходули, скакалка.

Выступления. Подведение итогов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

V год обучения

№	Тема	5 год обуч.		
		В	Т	П
1	Вводное занятие	4	2	2
2	ОФП,СФП	25	2	23
3	Акробатика	28	2	26
4	Игра с тарелочками	5	1	4
5	Хождение на ходулях	6	1	5
6	Хождение по канату	6	1	5
7	Игра с диаволо	33	2	31
8	Игра со скакалкой	22	2	20
9	Жонглирование	52	2	50
10	Баланс	28	2	26
11	Итоговое занятие	7	2	5
	Итого	216	26	194

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Знакомство с цирковыми жанрами и дисциплинами программы на учебный год. Техника безопасности на занятиях в зале при выполнении отдельных трюков и упражнений.

ТЕСТИРОВАНИЕ (просмотр обучающихся, с целью выявления их физиологических данных и физической подготовки на начало учебного года).

2. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)

Общие понятия:

- инструктаж по ТБ;
- гигиенические требования;
- правила выполнения упражнений на формирование правильной осанки;
- строй, шеренга, колонна, построение и перестроение в шеренгу и колонну, повороты на месте и в движении, передвижение в колонне по прямой, по кругу, змейкой;
- дистанция, интервал, размыкание приставным шагом;
- предварительные и исполнительные части команд;

- основная стойка, акробатические комбинации, состоящие из стоек, упоров, поворотов, перекатов, кувырков (вперед и назад), прыжковых упражнений (стоя на месте и с продвижением в разные стороны).

Основная терминология по предмету.

РАЗМИНКА (с нее начинается каждое групповое занятие):разминание рук: волна,

сгибание, сжимание, сцепка за спиной. Наклоны туловища, вращательные движения.

Разминание ног: ходьба на носках, высоко поднимая согнутую ногу, скрестный шаг. Бег:

обычный, на носках, высоко поднимая ногу (колени), с захлестом голени назад, с

прямыми ногами вперед, назад. Прыжки: на двух ногах и поочередно, приставными шагами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка правильного и четкого исполнения вышеперечисленных команд.

Упражнения:

- сгибание и разгибание туловища, касаясь ногами за головой на большее количество раз;
- то же, но ноги закреплены;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- хождение на руках с поддержкой за ноги;

3. СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)

Варианты выполнения упражнений:

- наклон, вперед сидя, ноги вместе, касаясь грудью колен;
- наклон, вперед сидя, ноги врозь (широко), касаясь грудью пола;
- «шпагат» правый, левый, прямой;
- стойка «мост» из положения, лежа или стоя;
- равновесие «ласточка».

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: многократное выполнение упражнений.

4. АКРОБАТИКА

Понятия:

- стойка на лопатках,
- стойка на голове,
- перекаты в группировке вперед и назад,
- кувырок вперед,
- кувырок назад,
- длинный кувырок вперед,
- стойка на руках,
- колесо.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка правильного и точного исполнения акробатических упражнений и соединение их в сложные композиции.

5.ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЦИРКОВЫЕ ЖАНРЫ

5.1 ЖОНГЛИРОВАНИЕ

Понятие цирковой реквизит, название предметов для классического жонглирования: мячи и кольца, основная стойка при жонглировании, методы жонглирования: «каскад», «крест», «реверс».

Показ разных методов жонглирования мячами и кольцами.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка техники классического жонглирования:

- три мяча жонглировать: «каскад», «фонтан», «реверс», «колонны», «бокс», «шауэр»;
- три мяча перебрасывание через колено, спину, логоть,голову;
- три мяча парная перекидка методом «крест», «квадрат»;
- четыре мяча жонглирование;
- три кольца подбрасывать методом «каскад», «реверс», «колонны»;
- три кольца парная перекидка,
- четыре кольца жонглирование;
- три булавы методом «каскад», через спину, колено, голову.

5.2 БАЛАНС

Понятие «баланс»

- демонстрация стойки на трех катушках (цилиндрах),
- демонстрация стойки на трех катушках с элементами жонглирования,
- прохождение обруча через тело стоя на трех катушках;
- демонстрация стойки на четырех катушках.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Отработка стойки на катушках.

- стойка на двух катушках
- стойка на трех катушках
- стойка на четырех катушках;

5.3 ДИАБОЛО

Демонстрация игры с диаволо

- перекидывание диаволо через ногу,коленку,локоть,шею,с палки на палку;
- демонстрация трюков с диаволо: «лифт», «вихрь», «захват»;
- парная перекидка диаволо с элементами акробатики;
- массовая перекидка диаволо;
- раскрутка двух диаволо и выполнение несложных трюков.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ: отработка техники раскрутки диаволо.

6. СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ.

6.1 Хожение на ходулях

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение на ходулях, синхронное хождение на ходулях в определенный ритм, Массовое хождение на ходулях в определенный ритм с элементами жонглирования и перекидки;

6.2 Тарелочка на палочке (пластиковая тарелочка со специальными бортиками)

Понятие «тарелочка», демонстрация;

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Вращательные движения тарелочки, подкидывание, удержание баланса на руке, ноге, лбу, перекидывание с одной палочки на другую.

Три тарелочки в одной руке с элементами акробатики;

6.3 Хожение по канату (slackline)

Правила выполнения, правила техники безопасности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Хожение по канату с элементами акробатики;

6.4 Занятия со скакалкой

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Игра - упражнение со скакалкой «Кто больше раз перепрыгнет через большую скакалку», перепрыгивание через скакалку в определенный ритм, перепрыгивание через скакалку с элементами акробатики.

7. ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

-репетиции концертных номеров;

-участие в праздничных мероприятиях;

-проведение спортивно-развлекательных праздников и эстафет совместно с другими детскими объединениями;

-посещение цирковых представлений;

- участие в концертных программах.

8. ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

8.1. По ОФП и СФП

Показательные выступления. Подведение итогов.

8.2. Жонглирование, баланс, диаволо, тарелочки, ходули, скакалка.

Выступления. Подведение итогов.

ЛИТЕРАТУРА

Рекомендуемая литература для учащихся:

1. Акопян А. Даю уроки волшебства. М., 1993
2. Жандо Д. История мирового цирка. М., 1984
3. Ившин Д. Цирк на эстраде. Ижевск, 1972
4. Кожевников С.В. Акробатика. М., Искусство, 1984.
5. Славский Р. Цирк нашего двора. М., 1961
6. Цирк. Маленькая энциклопедия. Авт. сост. А.Я. Шнеер, Р.Е. Славский. Ред. коллегия Ю.А. Дмитриев (гл. ред.) [и др.]. М., Советская энциклопедия, 1973, 376с., ил.
7. Шляпин Л. Цирк любителей. М., 1976
8. Шляпин Л.Ф. Цирк любителей. М., Искусство, 1976, 135с., Самодеятельный театр, серия "Цирк".
9. Успенский Э. «Школа клоунов» 2001, 158.с

Рекомендуемая литература для педагога:

1. Баринов А. В. «Эквилибристика», М.: ГУЦЭИ. 1992
2. Бауман Н. Э. «Искусство жонглирования», Москва ГУЦЭИ. 2001
3. Гонеев А. Д., Ялпаева Н. В. «Основы коррекционной педагогики». М.: Изд. центр «Академия» 2004
4. Змановская Е. В. «Девиантология. Психология отклоняющегося поведения» М.: Изд. центр «Академия» 2004
5. Мудрик А. В. «Основы социальной педагогики» М.: Изд. центр «Академия» 2006
6. Мудрик А. В. «Введение в социальную педагогику» М.: Институт практической психологии 1997
7. Мудрик А. В. «Социальная педагогика» М.: Институт практической психологии 1997
8. Нагавкина Л. С. «Социальный педагог. Введение в должность» Спб. «КАРО» 2004
9. Бабушкин Л. И. «Цирк в объективе», М.: ГУЦЭИ. 1985
10. Акопян А. Даю уроки волшебства. М., 1993
11. Баршай В.М. Физическая и техническая подготовка юных акробатов. Ростов-на-Дону, Изд. Ростовского университета, 1990.
12. Гуревич З.Б. О жанрах советского цирка. М., Искусство, 1984.
13. Жандо Д. История мирового цирка. М., 1984
14. Ившин Д. Цирк на эстраде. Ижевск, 1972
15. Маленькая энциклопедия «Цирк»
16. Шляпин Л. Цирк любителей. М., 1976