

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дворец детского (юношеского) творчества  
Московского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом  
ГБУ ДО ДД(Ю)Т  
Московского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 233 от 01.09.2025 г.  
Директор ГБУ ДО ДД(Ю)Т  
Московского района Санкт-Петербурга

  
 Е. В. Вергизова

Дополнительная общеразвивающая программа  
**«Азы циркового искусства»**

Возраст обучающихся: 5 – 7 лет  
Срок освоения: 2 года

Разработчики:  
Т.В. Мишетта, В.С. Тугунова,  
М.В. Тугунова педагоги  
дополнительного образования;  
И.Г. Собинкова, методист  
художественного отдела

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеразвивающая программа «Азы циркового искусства» имеет **художественную направленность**, обладает целым рядом уникальных возможностей для распознавания и развития общих, специальных и творческих способностей учащихся, для обогащения их внутреннего мира.

### **Актуальность программы**

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы всестороннего гармонического развития личности. Важную роль при этом играет своевременное и правильно организованное физическое воспитание, одной из основных задач которого является развитие и совершенствование движений. Эти задачи решает акробатика. В акробатике развитие и совершенствование движений ребенка в период дошкольного детства осуществляются разными путями. С одной стороны, обогащению двигательного опыта малышей, приобретению новых навыков и умений способствуют их самостоятельная деятельность, игры, труд, с другой – специально организованные мероприятия по акробатике, направленные на решение задач как оздоровительного, так и воспитательного характера

Акробатика открывает огромные возможности в вопросах физического и нравственного воспитания дошкольников. Акробатические упражнения – эффективное средство физической и общей двигательной подготовки детей, тренировки вестибулярного аппарата, совершенствования устойчивости к различным ускорениям при перемещениях человека в пространстве. Акробатика способствует развитию силы, ловкости, гибкости, пространственной ориентации, координационной устойчивости. Навыки, приобретенные на занятиях по акробатике, имеют ярко выраженный прикладной характер и могут быть использованы в самых разнообразных ситуациях.

Данный вид деятельности способствует положительному влиянию не только на двигательные способности детей, но и на улучшение их телосложения, на выработку правильной осанки. Акробатические упражнения предупреждают травматизм, так как вырабатывают у детей способность владеть своим телом, группироваться при падении во время двигательной активности, способствуют формированию навыков здорового образа жизни.

При помощи акробатики ребенок приобщается к творчеству, у него активно развиваются воображение, смекалка, фантазия, способности к импровизации, формируется адекватная самооценка, устойчивый интерес и мотивация к занятиям цирковым творчеством.

**Основная идея программы** «Азы циркового искусства» – осуществление начальной подготовки учащихся к интенсивной физической и творческой деятельности в рамках реализации основной дополнительной общеразвивающей программы «Цирковые надежды».

Дополнительная общеразвивающая программа «Азы циркового искусства» ориентирована:

- на формирование у учащихся устойчивой мотивации к обучению и творческой деятельности в детском эстрадно-цирковом коллективе;
- на формирование начальных компетенций, творческой самореализации учащихся в рамках учебной дисциплины «Азы циркового искусства»;
- на гармонизацию процессов физического, психического и духовного развития ребенка;
- на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

### **Адресат программы**

В освоении программы принимают участие дети дошкольного возраста женского и мужского пола, при условии отсутствия у них медицинских противопоказаний для занятий

по данной программе (наличие допуска по результатам медицинского осмотра специалистов).

**Уровень освоения** – общекультурный

**Возраст учащихся** – 5 - 7 лет.

#### **Объем и срок освоения программы**

Программа рассчитана на 2 года обучения.

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (152 часа в год);

2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (152 часа в год).

**Цель программы** – создание условий для оптимального физического и эмоционального развития, творческой самореализации учащихся, формирования у них начальных компетенций в рамках учебной дисциплины «Азы циркового искусства».

#### **Задачи программы**

##### **Образовательные:**

- обучить учащихся техническим приемам освоения базовых основ акробатики;
- обучить учащихся правилам техники безопасности;
- формировать у учащихся правильные представления о своем организме;
- формировать у учащихся навыки контроля состояния своего организма во время физических нагрузок;
- формировать у учащихся навыки красивого и четкого выполнения акробатических элементов и комбинаций.

##### **Развивающие:**

- формировать у учащихся жизненно важные двигательные и оздоровительно-гигиенические навыки;
- способствовать формированию у учащихся правильной осанки, укреплению мышечного корсета, развитию силовой выносливости мышц;
- развивать у учащихся способность контролировать мышечные ощущения, правильно управлять своим телом;
- способствовать профилактике (устранению) разных видов деформации позвоночника;
- развивать и совершенствовать у учащихся двигательные качества (ловкость, координацию, гибкость, выносливость, пространственные ощущения);
- способствовать формированию и развитию у учащихся художественного вкуса, красоты и гармоничности движения.

##### **Воспитательные:**

- способствовать усилению мотивации учащихся к занятиям цирковым искусством;
- формировать у учащихся уважительное отношение к физической культуре, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать у учащихся потребность в здоровом образе жизни, соблюдении режима и физических упражнениях;
- способствовать воспитанию у учащихся воли, сознательной дисциплины, организованности, трудолюбия;
- побуждать учащихся к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремлению к качественному выполнению движений;
- способствовать духовному, нравственному и физическому совершенствованию учащихся;

- формировать и развивать у учащихся позитивные коммуникативные качества личности, навыки конструктивного общения.

## **Организационно-педагогические условия реализации программы** **Язык реализации – Государственный язык РФ (русский)**

**Форма обучения** - очная

### **Особенности организации образовательного процесса**

#### **Условия приема**

При наборе детей учитываются следующие факторы:

- желание ребенка заниматься данным видом деятельности;
- отсутствие у ребенка медицинских противопоказаний к занятиям акробатикой: отклонений в развитии костного скелета и мышечной системы; заболеваний центральной и периферической нервной системы; ревматических и врожденных пороков сердца; заболеваний, деформации костей и суставов;
- наличие допуска по результатам медицинского осмотра специалистов.

**Условия формирования групп** – одновозрастные

**Формы организации деятельности:** фронтальная, групповая, коллективная.

#### **Формы занятий:**

- вводное занятие;
- традиционное учебное занятие по передаче знаний, отработке умений и навыков;
- учебно-тренировочное занятие;
- занятие – беседа;
- занятие-игра;
- контрольное занятие;
- итоговое занятие;
- обобщающее занятие.

### **Кадровое обеспечение**

Реализация программы «Азы циркового искусства» предполагает наличие ставок педагога дополнительного образования цирковой специализаций.

### **Материально-техническое оснащение**

- Наличие помещений для занятий, оснащенных необходимым оборудованием.
- Наличие помещений для переодевания.
- Ковер, гимнастические коврики.
- Аудионосители.
- Звуковоспроизводящая аппаратура.
- Мячи, скакалки, обручи.

### **Планируемые результаты**

По итогам реализации ДОП «Азы циркового искусства» планируются следующие результаты.

#### **Предметные:**

- Сформированные у учащихся навыки правильного выполнения гимнастических упражнений.

- Улучшение показателей физического развития и самочувствия учащихся.
- Сформированная у учащихся способность запоминать последовательность упражнений в гимнастических комбинациях.
- Сформированные у учащихся начальные умения владеть своим телом.
- Повышение у учащихся мотивации и интереса к занятиям цирковым искусством.
- Готовность учащихся к дальнейшему обучению в эстрадно-цирковом коллективе по основной программе «Цирковые надежды».

#### **Метапредметные:**

- Способность учащихся грамотно и эффективно применять в практической деятельности полученные знания, умения, навыки.
- Обретение учащимися чувства уверенности при выполнении упражнений.
- Способность учащихся к элементарному анализу и обобщению собственной деятельности, делать выводы.

#### **Личностные:**

- Сформированные у учащихся начала эффективных коммуникационных взаимодействий;
- Сформированные у учащихся морально-волевые качества личности.
- Сформированное у учащихся осознанное отношение к своему здоровью, к здоровому образу жизни.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**1 год обучения**

№	Разделы/темы программы	Всего	Тео рия	Практи ка	Формы контроля
1.	<b>Раздел 1. Вводно-диагностический</b> 1.1. <i>Вводное занятие. Техника безопасности</i> 1.2. <i>Диагностика</i>	8 4 4	2 2 -	6 2 4	Просмотр Беседа, наблюдение, диагностика
2.	<b>Раздел 2. Партерная гимнастика</b> 2.1. <i>Упражнения для рук, ног</i> 2.2. <i>Упражнения для спины и брюшного пресса</i> 2.3. <i>Гимнастика - стретчинг</i>	64 20 22 22	12 4 4 4	52 16 18 18	Беседа, наблюдение, диагностика
3.	<b>Раздел 3. Начальная акробатика</b> 3.1. <i>Группировки</i> 3.2. <i>Перекаты</i> 3.3. <i>Кульбиты</i>	64 20 22 22	12 4 4 4	52 16 18 18	Наблюдения, анализ
4.	<b>Раздел 4. Социально-культурная деятельность</b> 4.1. <i>Тематические праздники</i> 4.2. <i>Походы в цирк</i> 4.3. <i>Экскурсии</i>	12 4 4 4	- - - -	12 4 4 4	Наблюдения, анализ
5.	<b>Раздел 5. Итоговый</b> 5.1. <i>Итогово-обобщающая деятельность</i>	4 4	- -	4 4	Беседа, наблюдение
Всего		152	26	126	

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**2 год обучения**

№	Разделы/темы программы	Всего	Тео рия	Прак тика	Формы контроля
2.	<b>Раздел 1. Вводно-диагностический</b> 5.2. Вводное занятие. Техника безопасности 5.3. Диагностика	8 6 2	2 2 -	6 4 2	Просмотр Беседа, наблюдение, диагностика
6.	<b>Раздел 2. Партерная гимнастика</b> 6.1. Упражнения для рук, ног 6.2. Упражнения для спины и брюшного пресса 6.3. Гимнастика - стретчинг	64 20 22 22	12 4 4 4	52 16 18 18	Беседа, наблюдение, диагностика
7.	<b>Раздел 3. Начальная акробатика</b> 7.1. Группировки 7.2. Перекаты 7.3. Кульбиты	64 20 22 22	12 4 4 4	52 16 18 18	Наблюдения, анализ
8.	<b>Раздел 4. Социально-культурная деятельность</b> 8.1. Тематические праздники 8.2. Походы в цирк 8.3. Экскурсии	12 4 4 4	- - - -	12 4 4 4	Наблюдения, анализ
9.	<b>Раздел 5. Итоговый</b> 9.1. Итогово-обобщающая деятельность	4 4	- -	4 4	Беседа, наблюдение
Всего		152	26	126	

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

к программе «Азы циркового искусства» на 20... - 20... учебный год

*(Календарный учебный график составляется ежегодно каждым педагогом на каждую группу обучения, и утверждается приказом по учреждению)*

ФИО педагога	Год обучения	№ группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
					38		
					38		
					38		
					38		



## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1 год обучения

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- обучить учащихся техническим приёмам освоения базовых основ гимнастики (стретчинга);
- ознакомить учащихся с терминами: физические качества; выносливость, равновесие, гибкость, сила;
- обучить учащихся физическим упражнениям на укрепление и поддержание позвоночного столба, мышц спины и живота;
- обучить учащихся правилам техники безопасности;
- формировать у учащихся правильные представления о своем организме;
- формировать у учащихся навыки контроля состояния своего организма во время физических нагрузок;
- формировать у учащихся навыки красивого и четкого выполнения упражнений.

##### **Развивающие:**

- формировать у учащихся жизненно важные двигательные и оздоровительно-гигиенические навыки;
- способствовать формированию у учащихся правильной осанки, укреплению мышечного корсета, развитию силовой выносливости мышц;
- развивать у учащихся способность контролировать мышечные ощущения, правильно управлять своим телом;
- способствовать укреплению у детей сердечно - сосудистой и дыхательной системы, связочного аппарата позвоночника;
- способствовать профилактике (устранению) разных видов деформации позвоночника;
- развивать и совершенствовать у учащихся двигательные качества (ловкость, координацию, гибкость, выносливость);
- способствовать формированию и развитию у учащихся художественного вкуса, красоты и гармоничности движения.

##### **Воспитательные:**

- способствовать усилению мотивации учащихся к занятиям цирковым искусством;
- формировать у учащихся уважительное отношение к физической культуре, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать у учащихся потребность в здоровом образе жизни, соблюдении режима и физических упражнениях;
- способствовать воспитанию у учащихся воли, сознательной дисциплины, организованности, трудолюбия;
- формировать и развивать у учащихся позитивные коммуникативные качества личности, навыки конструктивного общения.

#### **Раздел 1. Вводно-диагностический**

##### **1.1. Набор и комплектование групп**

- Набор и комплектование групп. Презентация образовательной программы.

##### **1.2. Вводное занятие**

- Изучение требований к занятиям: режим занятий, репетиционная форма, санитарно-гигиенические требования (аккуратный внешний вид, гладкая причёска, отсутствие ненормативных заколок и элементов одежды).
- Изучение правил и норм поведения на занятии.
- Инструктаж по правилам техники безопасности (сентябрь, январь).
- Игры на установление межличностных контактов в группе.

- 1.2.Диагностика - входящая в первом полугодии (сентябрь) и промежуточная во втором полугодии (январь).

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

### **2.1. Упражнения для рук, плечевого пояса, ног**

- Упражнения для рук и плечевого пояса, от простых - к сложным, с увеличением их количества;
- Упражнения для шеи; упражнения для туловища в положении стоя и лежа с увеличением их количества и сложности;
- Упражнения для ног: различные приседания и прыжки.

### **2.2. Упражнения для спины и брюшного пресса**

- Упражнения для спины и брюшного пресса

### **2.3.Гимнастика – стретчинг**

- Растяжка – стретчинг в сочетании с дыхательными упражнениями, начиная с очень простых – полушпагат, мост лежа, и к концу года до шпагата и моста стоя.

## **Раздел 3. Начальная акробатика**

### **3.1. Группировки**

- Группировка в положении лежа на спине.
- Группировка сидя.

### **3.2. Перекаты**

- Перекаты в положении лежа, руки вверх.
- Перекаты в сиде на пятках с опорой на предплечья.
- Равновесие на носках с опорой и без нее.

### **3.3. Кульбиты**

- Кульбиты вперед и назад.

## **Раздел 4. Социально-культурная деятельность**

### **4.1. Тематические праздники**

- Организация и проведение тематических праздников.

### **4.2. Походы в цирк**

- Походы в цирк.

### **1.1.Экскурсии**

- Экскурсии в музеи, на природу.

## **Раздел 5. Итоговый**

### **5.1. Итогово - обобщающая деятельность**

- Подведение итогов учебного года.

## **Планируемые результаты.**

### **Предметные:**

- Сформированное у учащихся умение правильного выполнения гимнастических упражнений.
- Сформированная у учащихся способность запоминать последовательность упражнений в гимнастических комбинациях.
- Сформированные у учащихся начальные умения владеть своим телом.
- Готовность учащихся к дальнейшему обучению в эстрадно-цирковом коллективе по основной программе «Цирковые надежды».

### **Метапредметные:**

- Способность учащихся грамотно и эффективно применять в практической деятельности полученные знания, умения, навыки.
- Обретение учащимися чувства уверенности при выполнении упражнений.

- Способность учащихся к элементарному анализу и обобщению собственной деятельности, делать выводы.
- Улучшение показателей физического развития и самочувствия учащихся.
- Повышение мотивации и интереса к занятиям цирковым искусством.

**Личностные:**

- Сформированные у учащихся начала эффективных коммуникационных взаимодействий;
- Сформированное у учащихся осознанное отношение к своему здоровью, к здоровому образу жизни.

**Календарно-тематическое планирование**

**Программа:** «Азы циркового искусства»

**Год обучения:** 1

**Группа(ы):**

**Педагог дополнительного образования:**

**Условия реализации программы**

<b>Условия реализации ДООП</b>		<b>Условия реализации РП_КТП</b>	
Срок реализации ДООП	2 года	Год обучения по рабочей программе	1 год
Возраст обучающихся по ДООП	5-7 лет	Возраст обучающихся в текущем году	
Количество часов в году в соответствии с учебным планом на реализуемый год обучения (все варианты по ДООП)	152	Количество часов в текущем учебном году	152
Режим занятий на реализуемый год обучения в соответствии с ДООП (все варианты)	2 раза в неделю по 2 часа	Режим занятий текущего года обучения	2 раза в неделю по 2 часа

**Календарно-тематическое планирование по датам**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы и темы</b>	<b>Кол-во часов по программе</b>	<b>Даты занятий</b>
1.	<b>Р1.</b> Вводно-диагностический	8	
2.	<b>Р2.</b> Партерная гимнастика	64	
3.	<b>Р3.</b> Начальная акробатика	64	
...	<b>Р4.</b> Социально-культурная деятельность	12	
	<b>Р5.</b> Итоговый	4	
<b>Всего</b>		<b>152</b>	

**Календарно-тематическое планирование по датам**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы и темы</b>	<b>Кол-во часов по программе</b>	<b>Кол-во часов по факту</b>	<b>Даты занятий</b>
1.	Р1. Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	
2.	Р1. Вводное занятие.	2	2	
3.	Р1. Диагностика	2	2	

4.	Р1. Диагностика	2	2	
5.	Р3. Кульбиты	2	2	
6.	Р4. Экскурсия	2	2	
7.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
8.	Р3. Кульбиты	2	2	
9.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
10.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
11.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
12.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
13.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
14.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
15.	Р3. Группировки	2	2	
16.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
17.	Р3. Перекаты	2	2	
18.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
19.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
20.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
21.	Р3. Кульбиты	2	2	
22.	Р4. Поход в цирк	2	2	
23.	Р3. Перекаты	2	2	
24.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
25.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
26.	Р3. Группировки	2	2	
27.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
28.	Р3. Кульбиты	2	2	
29.	Р3. Группировки	2	2	
30.	Р3. Перекаты	2	2	
31.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
32.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
33.	Р3. Группировки	2	2	
34.	Р4. Тематический праздник	2	2	
35.	Р5. Итогово-обобщающая деятельность	2	2	
36.	Р1. Техника безопасности Р1. Диагностика.	2	2	
37.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
38.	Р3. Группировки	2	2	
39.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
40.	Р3. Кульбиты	2	2	
41.	Р3. Кульбиты	2	2	
42.	Р3. Перекаты	2	2	
43.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
44.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
45.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
46.	Р3. Кульбиты	2	2	
47.	Р3. Группировки	2	2	
48.	Р3. Перекаты	2	2	
49.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
50.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
51.	Р4. Тематический праздник	2	2	
52.	Р3. Перекаты	2	2	
53.	Р3. Перекаты	2	2	
54.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	

55.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
56.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
57.	Р3. Кульбиты	2	2	
58.	Р3. Группировки	2	2	
59.	Р3. Перекаты	2	2	
60.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
61.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
62.	Р4. Поход в цирк	2	2	
63.	Р3. Кульбиты	2	2	
64.	Р3. Группировки	2	2	
65.	Р3. Перекаты	2	2	
66.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
67.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
68.	Р3. Кульбиты	2	2	
69.	Р4. Экскурсия	2	2	
70.	Р3. Перекаты	2	2	
71.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
72.	Р3. Группировки	2	2	
72.	Р3. Кульбиты	2	2	
73.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
74.	Р3. Перекаты	2	2	
75.	Р3. Группировки	2	2	
76.	Р5. Итогово-обобщающая деятельность	2	2	
<b>Всего:</b>		<b>152</b>	<b>152</b>	

## **2 год обучения**

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- обучить учащихся техническим приёмам освоения базовых основ гимнастики (стретчинга);
- ознакомить учащихся с терминами: физические качества; выносливость, равновесие, гибкость, сила;
- обучить учащихся физическим упражнениям на укрепление и поддержание позвоночного столба, мышц спины и живота;
- обучить учащихся правилам техники безопасности;
- формировать у учащихся правильные представления о своем организме;
- формировать у учащихся навыки контроля состояния своего организма во время физических нагрузок;
- формировать у учащихся навыки красивого и четкого выполнения упражнений.

#### **Развивающие:**

- формировать у учащихся жизненно важные двигательные и оздоровительно-гигиенические навыки;
- способствовать формированию у учащихся правильной осанки, укреплению мышечного корсета, развитию силовой выносливости мышц;
- развивать у учащихся способность контролировать мышечные ощущения, правильно управлять своим телом;
- способствовать укреплению у детей сердечно - сосудистой и дыхательной системы, связочного аппарата позвоночника;
- способствовать профилактике (устранению) разных видов деформации позвоночника;
- развивать и совершенствовать у учащихся двигательные качества (ловкость, координацию, гибкость, выносливость);

- способствовать формированию и развитию у учащихся художественного вкуса, красоты и гармоничности движения.

### **Воспитательные:**

- способствовать усилению мотивации учащихся к занятиям цирковым искусством;
- формировать у учащихся уважительное отношение к физической культуре, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать у учащихся потребность в здоровом образе жизни, соблюдении режима и физических упражнениях;
- способствовать воспитанию у учащихся воли, сознательной дисциплины, организованности, трудолюбия;
- формировать и развивать у учащихся позитивные коммуникативные качества личности, навыки конструктивного общения.

## **Раздел 1. Вводно-диагностический**

### **1.3. Набор и комплектование групп**

- Набор и комплектование групп. Презентация образовательной программы.

### **1.2. Вводное занятие**

- Изучение требований к занятиям: режим занятий, репетиционная форма, санитарно-гигиенические требования (аккуратный внешний вид, гладкая причёска, отсутствие ненормативных заколок и элементов одежды).
- Изучение правил и норм поведения на занятии.
- Инструктаж по правилам техники безопасности (сентябрь, январь).
- Игры на установление межличностных контактов в группе.

### **1.4. Диагностика - входящая в первом полугодии (сентябрь) и промежуточная во втором полугодии (январь).**

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

### **2.1. Упражнения для рук, плечевого пояса, ног**

- Упражнения для рук и плечевого пояса, от простых - к сложным, с увеличением их количества;
- Упражнения для шеи; упражнения для туловища в положении стоя и лежа с увеличением их количества и сложности;
- Упражнения для ног: различные приседания и прыжки.

### **2.2. Упражнения для спины и брюшного пресса**

- Упражнения для спины и брюшного пресса

### **2.4. Гимнастика – стретчинг**

- Растяжка – стретчинг в сочетании с дыхательными упражнениями, начиная с очень простых – полушпагат, мост лежа, и к концу года до шпагата и моста стоя.

## **Раздел 3. Начальная акробатика**

### **3.1. Группировки**

- Группировка в положении лежа на спине.
- Группировка сидя.

### **3.2. Перекаты**

- Перекаты в положении лежа, руки вверх.
- Перекаты в сиде на пятках с опорой на предплечья.
- Равновесие на носках с опорой и без нее.

### **3.3. Кульбиты**

- Кульбиты вперед и назад.

## **Раздел 4. Социально-культурная деятельность**

### **4.1. Тематические праздники**

- Организация и проведение тематических праздников.
- 4.2. Походы в цирк
- Походы в цирк.
- 1.2.Экскурсии
- Экскурсии в музеи, на природу.

## **Раздел 5. Итоговый**

### **5.1. Итогово - обобщающая деятельность**

- Подведение итогов учебного года.

## **Планируемые результаты.**

### **Предметные:**

- Сформированное у учащихся умение правильного выполнения гимнастических упражнений.
- Сформированная у учащихся способность запоминать последовательность упражнений в гимнастических комбинациях.
- Сформированные у учащихся начальные умения владеть своим телом.
- Готовность учащихся к дальнейшему обучению в эстрадно-цирковом коллективе по основной программе «Цирковые надежды».

### **Метапредметные:**

- Способность учащихся грамотно и эффективно применять в практической деятельности полученные знания, умения, навыки.
- Обретение учащимися чувства уверенности при выполнении упражнений.
- Способность учащихся к элементарному анализу и обобщению собственной деятельности, делать выводы.
- Улучшение показателей физического развития и самочувствия учащихся.
- Повышение мотивации и интереса к занятиям цирковым искусством.

### **Личностные:**

- Сформированные у учащихся начала эффективных коммуникационных взаимодействий;
- Сформированное у учащихся осознанное отношение к своему здоровью, к здоровому образу жизни.

## **Календарно-тематическое планирование**

**Программа:** «Азы циркового искусства»

**Год обучения:** 2

**Группа(ы):**

**Педагог дополнительного образования:**

### **Условия реализации программы**

<b>Условия реализации ДООП</b>		<b>Условия реализации РП КТП</b>	
Срок реализации ДООП	2 года	Год обучения по рабочей программе	2 год
Возраст обучающихся по ДООП	5-7 лет	Возраст обучающихся в текущем году	
Количество часов в году в соответствии с учебным планом на реализуемый год обучения (все варианты по ДООП)	152	Количество часов в текущем учебном году	152

Режим занятий на реализуемый год обучения в соответствии с ДООП (все варианты)	2 раза в неделю по 2 часа	Режим занятий текущего года обучения	2 раза в неделю по 2 часа
--	---------------------------	--------------------------------------	---------------------------

#### Календарно-тематическое планирование по датам

№ п/п	Разделы и темы	Кол-во часов по программе	Даты занятий
4.	<b>Р1.</b> Вводно-диагностический	8	
5.	<b>Р2.</b> Партерная гимнастика	64	
6.	<b>Р3.</b> Начальная акробатика	64	
...	<b>Р4.</b> Социально-культурная деятельность	12	
	<b>Р5.</b> Итоговый	4	
<b>Всего</b>		<b>152</b>	

#### Календарно-тематическое планирование по датам

№ п/п	Разделы и темы	Кол-во часов по программе	Кол-во часов по факту	Даты занятий
73.	Р1. Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	
74.	Р1. Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	
75.	Р1. Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	
76.	Р1. Диагностика	2	2	
77.	Р3. Кульбиты	2	2	
78.	Р4. Экскурсия	2	2	
79.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
80.	Р3. Кульбиты	2	2	
81.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
82.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
83.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
84.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
85.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
86.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
87.	Р3. Группировки	2	2	
88.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
89.	Р3. Перекаты	2	2	
90.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
91.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
92.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
93.	Р3. Кульбиты	2	2	
94.	Р4. Поход в цирк	2	2	
95.	Р3. Перекаты	2	2	
96.	Р2. Упражнение для рук и ног	2	2	
97.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
98.	Р3. Группировки	2	2	
99.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
100.	Р3. Кульбиты	2	2	
101.	Р3. Группировки	2	2	



102.	Р3. Перекаты	2	2	
103.	Р2.Упражнение для рук и ног	2	2	
104.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
105.	Р3. Группировки	2	2	
106.	Р4. Тематический праздник	2	2	
107.	Р5.Итогово-обобщающая деятельность	2	2	
108.	Р1. Техника безопасности Р1. Диагностика.	2	2	
109.	Р2.Упражнение для рук и ног	2	2	
110.	Р3. Группировки	2	2	
111.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
112.	Р3. Кульбиты	2	2	
113.	Р3. Кульбиты	2	2	
114.	Р3. Перекаты	2	2	
115.	Р2.Упражнение для рук и ног	2	2	
116.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
117.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
118.	Р3. Кульбиты	2	2	
119.	Р3. Группировки	2	2	
120.	Р3. Перекаты	2	2	
121.	Р2.Упражнение для рук и ног	2	2	
122.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
123.	Р4. Тематический праздник	2	2	
124.	Р3. Перекаты	2	2	
125.	Р3. Перекаты	2	2	
126.	Р2.Упражнение для рук и ног	2	2	
127.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
128.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
129.	Р3. Кульбиты	2	2	
130.	Р3. Группировки	2	2	
131.	Р3. Перекаты	2	2	
132.	Р2.Упражнение для рук и ног	2	2	
133.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
134.	Р4.Поход в цирк	2	2	
135.	Р3. Кульбиты	2	2	
136.	Р3. Группировки	2	2	
137.	Р3. Перекаты	2	2	
138.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
139.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
140.	Р3. Кульбиты	2	2	
141.	Р4. Экскурсия	2	2	
142.	Р3. Перекаты	2	2	
143.	Р2. Гимнастика стретчинг	2	2	
144.	Р3. Группировки	2	2	
72.	Р3. Кульбиты	2	2	
73.	Р2. Упражнение для спины и брюшного пресса	2	2	
74.	Р3. Перекаты	2	2	
75.	Р3. Группировки	2	2	
76.	Р5. Итогово-обобщающая деятельность	2	2	
<b>Всего:</b>		<b>152</b>	<b>152</b>	

## Оценочные и методические материалы

**Результативность освоения учащимися программы** определяется педагогом в процессе наблюдения за детьми на занятиях с использованием методов контроля, управления образовательным процессом и в соответствии с критериями оценки.

Контроль результативности фиксируется в **Карте отслеживания результативности** (Приложение №1)

### Шкала оценки результативности обучения по ДОП

#### Азы циркового искусства»

#### Качественные показатели

##### *Личностные и метапредметные характеристики*

- 1.1. Поведенческие характеристики затрагивают проблемы коммуникативной компетентности, управляемости и дисциплинированности ребенка. *Навыки общения* в значительной мере зависят от самооценки. Максимально высоко оцениваются поведенческие характеристики ребенка с нормальной самооценкой, обладающего способностью к сотрудничеству, то есть желанием и умением принимать участие в общем деле. *Дисциплинированность* является внешним проявлением других поведенческих характеристик, она связана со способностью к самоконтролю и эффективному взаимодействию с членами коллектива и педагогом.
- 1.2. Интерес к занятиям – личностная характеристика, которая свидетельствует о степени сформированности у ребенка осознанного отношения к занятиям и собственной компетентности по предмету. Максимально высоко оценивается интерес к занятиям, если он не навязан ребенку извне, а поддерживается самостоятельно. Кроме того, учитывается, насколько ребенок осведомлен о том, каких реальных усилий потребует от него освоение циркового искусства, подкрепляет или снижает его интерес преодолению трудностей.

**Критерий** – частота проявления признака.

**3 балла** — данное качество проявляется всегда;

**2 балла** – данное качество проявляется часто;

**1 балл** – данное качество проявляется редко;

**0 баллов** – данное качество не проявляется совсем.

#### *Предметная компетентность*

##### **3 балла**

- **Отлично** владеет умениями и навыками по предмету «Азы циркового искусства».
- **Всегда** проявляет самостоятельность в учебно-творческом процессе, стремление фантазировать, анализировать собственную деятельность и деятельность сверстников, делать выводы.

##### **2 балла**

- **Хорошо** владеет умениями и навыками по предмету «Азы циркового искусства».
- **Проявляет** активность в учебно-творческом процессе, фантазирует, анализирует собственную деятельность и деятельность сверстников, делает выводы при помощи и сопровождении педагога.

##### **1 балл**

- **Частично** владеет начальными навыками и умениями по предмету «Азы циркового искусства».
- **Редко проявляет** активность в учебно-творческом процессе, стремление фантазировать, анализировать собственную деятельность и деятельность сверстников, делать выводы.

##### **0 баллов**

- **Практически не владеет** умениями и навыками по предмету «Азы циркового искусства».

- ***Не проявляет*** активность в учебно-творческом процессе, стремление фантазировать, анализировать собственную деятельность и деятельность сверстников, делать выводы.

### **Количественные показатели**

#### *Посещаемость занятий*

**3 балла** – посетил все занятия;

**2 балла** – посетил более половины занятий;

**1 балл** – посетил менее половины занятий.

Карта отслеживания результативности (заполняется в сентябре, декабре и апреле)

№	ФИО учащегося																	
	Возраст																	
	Показатели																	
1. Личностные характеристики																		
1	Поведенческие характеристики: дисциплинированность, навыки общения																	
2	Интерес к занятиям																	
Всего																		
2. Предметная компетентность																		
1	Уровень владения умениями и навыками по предмету «Азы циркового искусства»																	
	Проявление активности и самостоятельности в учебно-творческом процессе																	
Всего																		
3. Количественные показатели																		
1	Посещаемость занятий																	
Всего																		
Итого (по каждому учащемуся)																		

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Разделы программы	Форма проведения занятия	Приемы, методы, технологии организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Форма подведения итогов
1.	<b>Вводно-диагностический</b>	Вводное занятие, лекция, беседа	Беседа, Объяснение, диагностика	Инструкция ТБ	Анкетирование
2.	Партерная гимнастика	Учебное занятие по передаче знаний и по формированию умений и навыков Использование ЭОР	Объяснение, наблюдение, образное сравнение, показ, упражнение, тренинг Использование ЭОР	Музыкальный центр, аудиодиски, реквизит	Контрольное упражнение, итоговое занятие, открытое занятие, мастер-класс, экзамен
3.	Начальная акробатика	Традиционное учебное занятие по передаче знаний и формированию умений и навыков  Занятие - игра	Беседа, объяснение, наблюдение, образное сравнение, показ, игра Использование ЭОР	Музыкальный центр, аудио и видеоматериалы, гимнастическое оборудование, реквизит	Диагностика Игровые тесты Контрольное упражнение Тестовый опрос
4.	Социально-культурная деятельность	Концертное выступление, праздник	Воспроизведение усвоенного материала.	Музыкальный центр, аудиодиски, световое сопровождение, видеокамера для записи выступлений; реквизит, костюмы	Дипломы различных степеней, рецензии
5.	Итоговый	Концертное выступление, праздник	Воспроизведение усвоенного материала. Демонстрационно - презентационные	Музыкальный центр, аудиодиски, световое сопровождение, видеокамера для записи выступлений; реквизит, костюмы	Дипломы различных степеней, рецензии

## **ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Список литературы**

1. Блинтерник А.М. 68 уроков здоровья. - М.: Физкультура и спорт, 2003.
2. Встречи с цирковым прошлым. – М: Искусство, 1990.
3. Годик М.А., Барамидзе А.М., Киселева Т.Г. Стретчинг: подвижность, гибкость, легкость. - М.: Советский спорт, 1991.
4. Корогодский З.Ф. Этюды и школа. – М: Советская Россия, 1975.
5. Кожевников С. Акробатика. – М.: Искусство, 1984.
6. Коркин В.П. Акробатика. – М.: Физкультура и спорт, 1983.
7. Кожевников С.Н., Коркин В.П. Пособие по групповой и парной акробатике. - М.: Искусство, 1984.
8. Кох И.Э. Основы сценического движения. – Ленинград: Искусство, 1962.
9. Малыгина И., Ситков Д., Снежицкий Л. Грим и костюм в современном спектакле. – М: Искусство, 1963.
10. Назарова А.Г. Игровой стретчинг, методическое пособие, 1998.
11. Под цирковым шатром. – Саратов: Приволжское книжное издательство, 1973.
12. Шихматов Л.М. Сценические этюды. – М: Советская Россия, 1964.

### **Список литературы для учащихся и родителей**

1. Акопян А. И никакого волшебства: Малыш, 1986
2. Ангарский В., Викторов А., Попов О. М.: Искусство, 1964
3. Буллок А., Джеймс Д. Хочу быть клоуном/Пер. с англ. С.Копыловой. – Вильнюс: Полина, 1996 – 32с.
4. Востоков А. Фокусы для всей семьи. - СПб: Литра, 1997, 112 с.
5. Дмитриев Ю. Цирк в России. - М.: Искусство, 1977.
6. Коркин В.П. Акробатика. - М.: Физкультура и спорт, 1983, 127 с.
7. Кох З. Вся жизнь в цирке. - М.: Искусство, 1963.
8. Тарахно П. Жизнь, отданная цирку. - М.: Искусство, 1976.
9. Успенский Э. Школа клоунов. – Петрозаводск: Карелия, 1992.