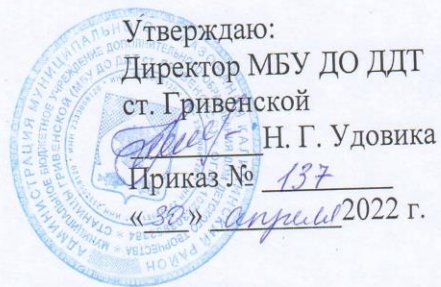


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАЛИНИНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА СТАНИЦЫ ГРИВЕНСКОЙ

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» апреля 2022 г.  
Протокол № 6



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«АРЕНА»

Уровень программы: углубленный  
Срок реализации программы: 3 года: 648 часов (1 год – 216 часов)  
Возрастная категория: от 7 до 18 лет  
Состав группы: от 10 человек  
Форма обучения: очная  
Вид программы: модифицированная  
Программа реализуется на бюджетной основе  
ID-номер Программы в Навигаторе: 2892

Автор-составитель:  
Гудым Елена Рудольфовна  
педагог дополнительного образования

ст. Гривенская, 2022г.

## Содержание

Введение	3
1. <b>Раздел 1. Нормативно-правовая база</b>	4
2. <b>Раздел 2. Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты</b>	6
2.1 Пояснительная записка	6
2.2 Цель и задачи программы	10
2.3 Содержание программы	11
2.4 Содержание учебного плана	12
2.5 Планируемые результаты	19
3. <b>Раздел 3. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации</b>	22
3.1 Календарный учебный график	22
3.2 Рабочая программа воспитания	22
3.3 Условия реализации программы	28
3.4 Формы аттестации	29
3.5 Оценочные материалы	30
3.6 Методические материалы	31
3.7 Порядок утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	38
Список литературы	40
Приложения	41

## **Введение**

Цирковое искусство является выдающимся творческим явлением в мировом художественном пространстве, обладает собственными уникальными традициями. Ему принадлежат многие художественные открытия, трюковые ноу-хау, авторские разработки, получившие признание и распространение во всем мире. В настоящее время достаточно хорошо развиваются новые направления циркового искусства, поднимается художественно-эстетический уровень цирковых номеров и представлений. Растет престиж профессии циркового артиста.

## Раздел 1. Нормативно-правовая база

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями и дополнениями от 05.09.2019 г. и 30.09.2020 г.);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018 г. регистрационный № 25016);
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» от 07 декабря 2018 г.;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (Приложение к письму Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09).;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий, письмо Минпросвещения России от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04;
- Рыбалёва И.А. Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности. Краснодар. 2019 г.;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (автор-составитель: Рыбалёва И.А.) 2020г;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- устав МБУ ДО ДДТ ст. Гривенской.

## Раздел 2. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты

### 2.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа цирковой студии «Арена» относится к **физкультурно-спортивной направленности**.

Цирковое искусство - это особый и прекрасный мир, оно является одним из самых действенных факторов для физического и нравственного развития личности. Цирк раскрывает духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному. В нём обаяние молодости и мудрость веков, красота и отвага, смелость и задор.

Занятия в студии позволяют отвлечь детей и подростков от улицы, занять их свободное время интересным, увлекательным делом, способствуют формированию у них позитивного отношения к физической культуре и спорту, осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Программа ориентированна на активное приобщение подрастающего поколения к цирковому искусству и спорту, носит образовательный характер.

В программе уделяется внимание **профориентационной** работе. Профориентационная работа проводится с целью создания условий для осознанного профессионального самоопределения учащихся посредством популяризации и распространения знаний в области профессий, предусмотренных программой

**Актуальность программы** расширение физических, нравственных, эстетических возможностей воспитанников, процесс обучения носит коррекционный и развивающий характер.

**Новизна программы** заключается в синтезе различных жанров циркового искусства с видами танцевального, музыкального искусства и спорта.

**Педагогическая целесообразность** это дифференцированный и личностно-ориентированный подходы, при которых образование направлено на развитие способностей и возможностей учащихся, учитывая склонности и интересы каждого ребенка.

Приобщение к яркому, живому, красочному цирковому искусству способствует художественно-эстетическому воспитанию и развитию творческих способностей детей, а также воспитанию воли, настойчивости, упорства, развитию коммуникативных качеств учащихся.

**Отличительная особенность программы** в том, что цирковое искусство по сравнению с иными видами искусства отличается интегрированностью жанров, что позволяет аккумулировать достижения многих смежных видов искусства. Ни один другой вид искусства не представляет в единой программе номера столь различного жанрового происхождения, смысловой нагрузки и стилистики подачи. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Арена» объединяет

несколько направлений: «цирковое искусство», «театральное искусство», «общую физическую подготовку», «хореографию».

**Адресат программы.** В студию циркового искусства «Арена» принимаются дети в возрасте от 7 до 18 лет. При зачислении в цирковую студию обязательны: заявления от родителей (законных представителей), медицинское обследование детей и допуск врача-педиатра к занятиям, так как имеет место повышенная физическая нагрузка, а так же проводится первичная диагностика, где выявляется общая физическая подготовка ребёнка.

Данная программа может быть реализована для детей с особыми образовательными потребностями – дети, проявившие выдающиеся способности (одаренные дети) и дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), с условием индивидуального построения образовательного маршрута. Индивидуальный образовательный маршрут определяется образовательными потребностями, индивидуальными способностями и возможностями учащегося (уровень готовности к освоению программы). Также в программе предусмотрено участие детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Группы могут формироваться как одновозрастные, так и разновозрастные. Состав группы может формироваться, как из однополых учащихся, так и из разнополых учащихся. В зависимости от возрастных, психофизиологических особенностей учащихся, уровня сформированности их интересов и наличия способностей определяются формы, методы, технологии, приемы организации образовательного процесса.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

Состав групп – постоянный. Наполняемость групп:

- для 1-го года обучения: 10-12 человек
- для 2-го и 3-го годов обучения: 10 человек

Психофизиологическими особенностями данного возраста являются:

- первый год (7-10 лет) учащиеся данного возраста отличает большое желание, интерес к познавательной активности, высокая эмоциональность;
- второй год (10-14 лет) у учащихся данного возраста хорошо развита механическая память, внимание, наглядно-образное мышление;
- третий год (14-18 лет) у учащихся данного возраста развиваются познавательные, коммуникативные умения и навыки.

Обучение детей разделено на три взаимосвязанных этапа. На каждом этапе решаются свои специфические задачи.

Первый этап (1-й год обучения) – информационно-познавательный. В этот период воспитанники овладевают первоначальными знаниями, умениями.

Второй этап (2-й год обучения) – операционно-деятельный. На этом этапе происходит процесс формирования знаний, умений и навыков в соответствии с содержанием программы.

Третий этап (3-й год обучения) – итоговый. На этом этапе совершенствуются технические и двигательные навыки, повышается исполнительское мастерство юного циркового артиста.

В процессе обучения в объединение могут быть зачислены учащиеся, не занимающиеся в группе в течение учебного года, но успешно прошедшее собеседование с педагогом на выявление имеющихся познаний в данной учебной деятельности по изучаемым темам.

При реализации программы выполняются санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации образовательного процесса СанПиН 1.2.3685-21.

Основание для отчисления из объединения:

- Систематические пропуски занятий;
- Нежелание учащихся заниматься в объединении;
- Несогласие родителей (законных представителей);
- Смена места жительства;
- Медицинские противопоказания.

**Уровень программы, объём и сроки** реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Продолжительность обучения 3 года, 648 часов, 1 год – 216 часов. Уровень программы – углубленный.

**Формы обучения** - очная.

**Режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа, 6 часа в неделю, продолжительность занятия 45 минут с 15-минутным перерывом.

При реализации программы в электронной форме с применением дистанционных технологий продолжительность занятий в сети Интернет составляет 30 минут. Перерыв между занятиями составляет не менее 10 мин. Продолжительность занятия соответствует нормам СанПиН и Методическим рекомендациям по реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Особенности организации образовательного процесса.** Основной формой обучения является занятие. Занятия проводятся с 15-минутным перерывом для отдыха. Виды занятий определяются содержанием программы и предусматривают теоретические и практические виды деятельности.

Занятия проводятся с постоянным составом группы. Группа формируется из учащихся одного, или разных возрастов. Форма работы на занятиях в объединении групповая. На занятиях применяется технология *лично-ориентированного* обучения с целью раскрытия возможностей каждого, для организации в дальнейшем совместной познавательной, творческой деятельности (создание коллективного номера).

**Формы организации обучения:**

- всем составом коллектива: изучение нового материала, выполнение тренировочных упражнений, сводные репетиции;



- групповая форма: используется в постановочной, репетиционной работе, при отработке парных, групповых номеров;
- индивидуальная форма: работа по отработке индивидуальных упражнений и номеров.

Обучение строится на следующих принципах: доступность, наглядность, индивидуальность, взаимоуважение и доверие, принцип воспитывающего обучения.

Занятия предусматривают *дифференцированный подход*: выполнение индивидуальных усложненных заданий для *талантливых и одаренных детей*. Талантливым и одаренным учащимся предлагается изучить новые виды деятельности и реализовать их в своей творческой работе.

Данная программа знакомит детей с профессией циркового артиста.

Реализация программы может осуществляться с использованием *электронного обучения, дистанционных образовательных технологий*, позволяющих осуществлять обучение на расстоянии в соответствии с положением об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий без непосредственного контакта между педагогом и учащимся. Образовательный процесс в этом случае предусматривает значительную долю самостоятельной работы учащихся, таким образом осуществление взаимодействия педагога с учащимися может быть организовано при подготовке к участию в мероприятиях; для учащихся, пропускающих учебные занятия по уважительной причине (болезни и др.); в период отмены (приостановки) занятий в очной (контактной) форме.

Программа предусматривает возможность организации образовательного процесса в очно – заочном формате или заочном формате с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. При организации обучения в очно-заочном формате очный академический час равен 45 минутам (если нет иных документальных распоряжений), заочный академический час равен 30 минутам. Дистанционное занятие состоит из 30 минутного занятия с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий согласно расписанию. В период школьных каникул занятия проводятся по расписанию.

В обучении с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы обучения: консультация; видеолекция; практическое занятие; самостоятельная работа; презентация с текстовым комментарием.

Общая технология работы применения дистанционного обучения в рамках реализации этой модели такова:

1. педагог размещает для детей своих учебных групп учебные материалы, соответствующие содержанию программы, в сети Интернет;

2. учащиеся изучают материалы, выполняют задания, присылают результаты педагогу, консультируются с ним в режиме offline или online, обсуждают разные вопросы в группах;

3. на занятиях дети могут представить выполненные задания, обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом, выполнять задания в группах.

Такая модель реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы дополняет традиционный учебный процесс, обеспечивает открытость учебного процесса, предоставляет доступ учащимся к материалам занятий в любое время. Доступность содержания программы обучения особенно актуальна для детей, которые хотят изучать темы программы на более глубоком уровне, для слабоуспевающих детей или учащихся, которые не могут посещать образовательное учреждение. Обучение в дистанционной форме подразумевает проведение адресных дистанционных консультаций со стороны педагога как с опорой на специально разработанные цифровые платформы, так и с использованием ресурсов существующих социальных сетей, а также, осуществление обратной связи и контроля через использование социальных сетей, мессенджеров, электронной почты.

## 2.2 Цель и задачи программы

**Цель программы:** формирование духовно-нравственной и физически развитой личности ребёнка посредством занятий цирковым искусством, способного успешно адаптироваться в социальной среде.

**Задачи программы:**

**образовательные:**

- дать необходимый минимум знаний о жанрах циркового искусства;
- обучить основным приёмам цирковой техники, видам движений выполняемых в различных жанрах;
- обучить навыкам гимнастики и акробатики, жонглирования, эквилибра, сценической пластике;
- способствовать овладению и совершенствованию у учащихся двигательных умений и навыков.

**личностные:**

- развивать и совершенствовать двигательные качества (гибкость, силу, ловкость), координационные способности;
- формировать умение ориентироваться в пространстве;
- развивать наблюдательность, внимание, память, творческую фантазию и воображение;
- развивать эмоциональную сферу, творческие способности ребёнка.

**метапредметные:**

- воспитать у детей любовь к цирковому искусству, окружающему миру;

- формировать у учащихся волевые и моральные качества (уважительного отношения друг к другу, к старшим, взаимопомощи, взаимовыручки, взаимопонимания, коллективизма, коммуникативности);
- воспитать осознанное отношение к здоровому образу жизни;
- выработать потребность к занятиям физкультурой и спортом.

### 2.3 Содержание программы

#### Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Введение.	3	2	1	беседа, подвижные игры
2.	Гимнастика и акробатика.	72	6	66	практическая работа
3.	Жонглирование.	66	3	63	наблюдение
4.	Эквилибр.	42	3	39	наблюдение
5.	Скакалка.	30	3	27	наблюдение
6.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.	3	1	2	показательное выступление
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>18</b>	<b>198</b>	

#### Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Введение.	3	1	2	беседа, наблюдение
2.	Гимнастика и акробатика.	66	3	63	практическая работа
3.	Жонглирование.	60	3	57	наблюдение
4.	Эквилибр.	60	3	57	наблюдение
5.	Скакалка.	24	1	23	наблюдение
7.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.	3	1	2	показательное выступление
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>12</b>	<b>204</b>	

**Учебный план  
3 года обучения**

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Введение.	<b>3</b>	1	2	беседа, подвижные игры
2.	Гимнастика и акробатика.	<b>66</b>	1	65	практическая работа
3.	Жонглирование.	<b>60</b>	3	57	наблюдение
4.	Эквилибр.	<b>60</b>	3	57	наблюдение
5.	Скакалка.	<b>24</b>	1	23	наблюдение
6.	Итоговое занятие. Итоговая аттестация.	<b>3</b>	1	2	показательное выступление
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>13</b>	<b>203</b>	

**2.4. Содержание учебного плана  
1 год обучения**

**Тема 1. Введение. (3 часа)**

**Теория:** (2 часа)

Техника безопасности. Ознакомление с планом работы. История циркового искусства.

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей. История развития циркового искусства в России, её лучшие представители.

Классификация терминов. Применение цирковых терминов в репетиционной работе. Термин – «Ап!» (команда к выполнению трюка или предупреждение об опасности). Термин - «Апач» (искусственный удар, имитация удара по щеке). Первоначальное ознакомление с цирковым реквизитом.

Гигиена, закаливание, питание и режим.

**Практика:** (1 час)

Диагностика физического развития и физической подготовленности учащихся. Подвижные игры.

**Тема 2. Гимнастика и акробатика. (72 часа)**

**Теория:** (6 часов)

Ознакомление с терминологией акробатических упражнений: «Мост», «Шпагат», «Полушпагат», «Стойка», «Перевороты».

**Практика:** (66 часов)

Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений).

Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, наклоны, отжимания, подтягивание на перекладине).

Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота.

Упражнения для формирования осанки. Упражнения на дыхание, расслабление мышц. Упражнения на гибкость (шпагаты, мост).

Упражнение со скакалкой. Мост. Мост на локтях. Ходьба в мостике (вперёд, назад). Шпагаты (правый, левый, прямой). Полушпагат. Стойка в шпагате. Стойка на лопатках «Берёзка». Стойка на локтях – «Змейка», «Кольцо», «Мексиканка», «Стульчик». Перекидки: вперёд, назад. Перевороты (колесо, Арабское колесо).

Партерная гимнастика Партерный экзерсис:

- упражнения на расслабление и напряжение мышц;
- упражнения, способствующие развитию стопы;
- упражнения, способствующие выработке выворотности;
- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника;
- упражнения, направленные на улучшение танцевального шага;
- упражнения, способствующие развитию чувства ритма.

Прыжковые упражнения с места, в длину, вверх. Бег обычный.

Виды акробатики.

Страховка, само страховка. Стойка на голове. Стойка на руках с опорой ногами. Стойка на руках без опоры.

Группировки. Наклоны вперёд с захватом из положения стоя, сидя. Перекаты. Кувырки вперёд, назад. Пассивная (самостоятельная) растяжка. Растяжка (активная) с помощью партера.

Складки (ноги вместе, врозь, стоя).

Выкруты вперёд, назад со скакалкой.

Парные, групповые акробатические упражнения. Равновесия.

Работа над этюдами.

### **Тема 3. Жонглирование. (66 часов)**

**Теория:** (3 часа)

Ознакомление с предметами для жонглирования. Техника жонглирования руками 1, 2, 3 предметами: мячики, кольца, булавы, обручи. Техника вращения хула-хуп. Техника вращения трости.

**Практика:** (63 часа)

Разминка. Выполнение жонглирования 1, 2, 3, предметами: мячики, кольца, булавы, обручи.

Вращение 1,2 хула – хуп.

Вращение на поднятых вверх руках, на талии, на коленях.

Работа с тростью (вращение, подбрасывание с вращением, перевод с руки на руку).

Работа над этюдами.

#### **Тема 4. Эквилибр. (42 часа)**

**Теория:** (3 часа)

Понятие элементов эквилибра. Техника эквилибра. Ознакомление с классификацией эквилибра, реквизитом. Организация рабочего места.

**Практические занятия:** (39 часов)

Эквилибр на одной катушке. Заход, сход с опорой на катушку и без опоры. Жонглирование 1, 2, 3 предметами при выполнении эквилибра на одной катушке. Индивидуальная работа на мотоцикле. Заход, сход с опорой на мотоцикл.

Работа над этюдами.

#### **Тема 5. Скакалка. (30 часов)**

**Теория:** (3 часа)

Техника прыжков на скакалке.

**Практика:** (27 часов)

Прыжки на двух ногах. Прыжки на левой, правой ногах. Прыжки с перекрёстным вращением скакалки. Прыжки с вращением в медленном, среднем и быстром темпе.

Большая скакалка: забегание, выбегание, прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах, прыжки с поворотом на 90, 180 градусов, прыжки в парах, прыжки с реквизитом (со скакалкой, тростью, хула-хупом).

Работа над этюдами.

#### **Тема 6. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. (3 часа)**

**Теория:** (1 час)

Опрос по цирковой терминологии. Реквизит.

**Практика:** (2 часа)

**Промежуточная аттестация:** показательное выступление.

### **Содержание учебного плана 2 год обучения**

#### **Тема 1. Введение. (3 часа)**

**Теория:** (1 час)

Техника безопасности. Ознакомление с планом работы.

**Практика:** (2 часа)

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей (подвижные игры, комплекс упражнений).

#### **Тема 2. Гимнастика и акробатика. (66 часов)**

**Теория:** (3 часа)

Ознакомление с терминологией акробатических упражнений: «Фляк», «Рондат», «Курбет» и т.д.

Комплексы упражнений ОФП, партерную гимнастику. Виды акробатики.

**Практика:** (63 часов)

Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений).

Бег обычный. Бег приставным шагом. Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, с отягощениями, наклоны, отжимания).

Прыжковые упражнения (с места толчком одной и двумя ногами, в длину, вверх). Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота.

Поднимание ног в угол висе. Поднимание ног в угол на наклонной доске. Прыжки на возвышение. Упражнения для формирования осанки. Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на гибкость. Упражнения со скакалкой.

**Партерная гимнастика:**

- упражнения на расслабление и напряжение всех мышц;
- упражнения способствующие выработке выворотности;
- упражнения способствующие развитию стопы;
- упражнения, способствующие укреплению мышц брюшного пресса;
- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника;
- упражнения, способствующие развитию танцевального шага;
- упражнения, способствующие развитию чувства ритма, освоению темпа – ритма, музыкально-ритмической координации, устойчивости;
- вращения, поддержки.

Виды акробатики. Страховка, самостраховка. Стойка на руках без опоры.

Колесо на правую руку. Колесо на левую руку. Кувырки вперёд, назад. Курбет. Рондат. Фляк. Прыжки с последующим кувырком. Пассивная (самостоятельная) растяжка. Растяжка с помощью педагога. Полушпагат. Шпагат левый, правый, прямой. Махи ногами. Складки (ноги вместе, врозь, стоя). Выкруты вперёд, назад со скакалкой. Мост. Ходьба в мостике. Упражнения для развития координационных способностей. Упражнения для развития выносливости. Парная силовая акробатика. Групповая силовая акробатика. Одинарная пластическая акробатика. Парная пластическая акробатика.

Мостик – задняя складка. Стойка в шпагат.

Стойки на локтях в полушпагате, шпагате, «Змейка», «Мексиканка». Стойка на руках – в полушпагате, шпагате, «Змейка», «Мексиканка». Перевороты в сторону; перевороты назад.

Исполнение акробатического, пластического этюда.

**Тема 3. Жонглирование. (60 часов)**

**Теория:** (3 часа)

Стойка жонглёра. Техника жонглирования руками 1, 2, 3, 4 предметами.

Техника жонглирования ногами различными предметами. Техника вращения хула-хуп.

**Практика:** (57 часов)

Подготовка к работе. Выполнение жонглирования руками 1, 2 предметами; перекидка в парах; перекидка по стандартной траектории. Перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка.

Жонглирование, стоя – над собой. С ударом об пол, с хваткой. Парное жонглирование. Выброс из-за спины, ноги. Лежа на спине. Подкидки предметов. Осваивание техники жонглирования кольцами. Вращения и перекидки с 1,2,3 кольцами. Осваивание техники вращения и перекидки трех булав только и с партнёром. Осваивание техники жонглирования ногами различными предметами.

Вращение 1,2,3,4 хула-хуп. Вращение на поднятых вверх руках, на поясе, ногах. Работа с тростью (вращение, перевод с руки на руку, под ногой).

Исполнение номера «Жонглёр».

#### **Тема 4. Эквилибр. (60 часов)**

**Теория:** (3 часа)

Ознакомление с терминологией, реквизитом.

Организация рабочего места. Техника эквилибра на одной катушке на 1, 2, 3 «Этажерах».

**Практика:** (57 часов)

Работа на одной катушке «Этажера». Жонглирование 1, 2, 3, 4 предметами при выполнении эквилибра на одной катушке «Этажера». Работа на моноцикле по рисунку, назад, вперед, по кругу индивидуально и в паре.

Исполнение номера «Эквилибр на катушке».

#### **Тема 5. Скакалка. (24 часа)**

**Теория:** (1 час)

Техника прыжков на скакалке.

**Практика:** (23 часа).

Прыжки на двух ногах. Прыжки на левой, правой ногах. Прыжки с вращением в медленном, среднем, быстром темпе.

Большая скакалка:

- забегание, выбегание;
- прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах;
- прыжки с поворотом на 90,180 градусов;
- прыжки в положении упор лежа; «Уголок»;
- прыжки в парах, тройках, группой;
- прыжки с реквизитом (мячом, скакалкой, хула-хуп);
- Курбет;
- Рондат;
- работа в паре с мячом, хула-хупами, тростью;



- перекидка.

Исполнение номера «Веселая скакалка».

## **Тема 6. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. (3 часа)**

**Теория:** (1 час)

Жанровая терминология.

**Практика:** (2 часа)

**Промежуточная аттестация:** показательное выступление.

### **Содержание учебного плана 3год обучения**

#### **Тема 1. Введение. (3 час)**

**Теория:** (1 час)

Техника безопасности. Ознакомление с планом работы на учебный год.

**Практика:** (2 часа)

Диагностика физического развития и физической подготовленности детей (подвижные игры, комплекс упражнений).

#### **Тема 2. Гимнастика и акробатика. (66 часов)**

**Теория:** (1 час)

Ознакомление с терминологией акробатических упражнений: «Акробатическая дорожка», «Сальто» и т.д. Комплексы упражнений. Виды акробатики.

**Практика:** (65 часов)

Упражнения физической подготовки общей направленности (комплексы гимнастических упражнений).

Бег обычный. Бег приставным шагом. Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, с отягощениями, наклоны, отжимания).

Прыжковые упражнения (с места толчком одной и двумя ногами, в длину, вверх). Упражнения для развития мышц рук, ног, туловища, мышц спины, живота.

Поднимание ног в угол висе. Поднимание ног в угол на наклонной доске. Прыжки на возвышение. Упражнения для формирования осанки. Упражнения на гибкость. Упражнения со скакалкой.

Страховка, самостраховка. Стойка на руках без опоры. Ходьба на руках. Прыжки с рук, с головы. Кувырок вперёд, назад в паре.

Сальто вперёд. Сальто назад. Колесо на правую руку. Колесо на левую руку. Кувырки вперёд, назад. Курбет. Фляк. Прыжки с последующим кувырком. Акробатическая дорожка – рондат – фляк – сальто. Растяжка с помощью партнёра. Растяжка с помощью педагога.

Партерная гимнастика:

- упражнения на расслабление и напряжение всех мышц;
- упражнения, способствующие выработке выворотности;
- упражнения, способствующие развитию стопы;

- упражнения, способствующие укреплению мышц брюшного пресса с предметами и без;
- упражнения, улучшающие гибкость позвоночника;
- упражнения, способствующие развитию музыкально-ритмической координации, устойчивости на все части тела.

Постановка номера: подбор трюков, подбор музыкального сопровождения и сценического костюма. Исполнение.

### **Тема 3. Жонглирование. (60 часов)**

**Теория:** (3 часа)

Техника жонглирования руками, ногами различных предметов.

Техника вращения хула-хуп.

**Практика:** (57 часов)

Перекидка в парах, тройках, четвёрках; перекидка по рисунку; перекидка по стандартной траектории.

Перекидка, стоя спиной друг к другу; прямая перекидка. Каскад. Жонглирование ногами – «Антипод». Жонглирование предметов (сигары, хула-хуп, тарелочка на спице). Тарелочка на спице в фронтальном равновесии. Подкидки предметов. Перекидки.

Одновременное вращение различных предметов.

Синхронная работа в парах, тройках, квартетах.

Перекидки с 1,2,3,4 кольцами.

Перекидки кольцами в парах; перекидки по рисунку; перекидки по стандартной траектории; перекидка, стоя спиной к друг к другу; прямая перекидка.

Жонглирование булавами. Осваивание техники вращения и перекидки трех, четырех булав только и с партнёром.

Вращение 1-8 хула-хуп, «Бочка».

Вращение на поднятых вверх руках, на поясе, ногах. Работа с тростью (вращение с поворотом, подбрасывание с поворотом). Перекидки «Вертолёт». Вращение с переводом вокруг себя и за спиной.

Поднятие хула-хуп ногой с пола с переходом на колено, пояс, грудь, на руки.

Комбинированное вращение (колено, пояс, грудь, рука).

Постановка номера: подбор трюков, подбор музыкального сопровождения и сценического костюма. Исполнение.

### **Тема 4. Эквилибр. (60 часов)**

**Теория:** (3 часа)

Организация рабочего места. Техника эквилибра на катушке.

**Практика:** (57 часов)

Работа на одной катушке, выполнение «Этажерки». Жонглирование 4-мя предметами при выполнении эквилибра на одной катушке. Работа на моноцикле индивидуально и в паре. Работа в парах на катушке с различным реквизитом. Повороты. Повороты на коленях.

Постановка номера: подбор трюков, подбор музыкального сопровождения и сценического костюма. Исполнение.

### **Тема 5. Скакалка. (24 часа)**

**Теория:** (1 час)

Техника прыжков на скакалке.

**Практика** (23 часа)

Большие скакалки:

- забегание, выбегание;
- прыжки на двух ногах, прыжки на левой, правой ногах;
- прыжки с поворотом на 90,180 градусов;
- прыжки с положением упор лёжа;
- перекидка вперед в скакалке;
- Рондат;
- колесо;
- Арабское колесо;
- Фляк;
- Курбет;
- прыжки в парах, тройках, группой;
- прыжки с двумя большими скакалками;
- прыжки с реквизитом (мячом, скакалкой, обручем);
- синхронные прыжки.

Постановка номера: подбор трюков, подбор музыкального сопровождения и сценического костюма. Исполнение.

### **Тема 6. Итоговое занятие. Итоговая аттестация. (3 часа)**

**Теория:** (1 час)

Знать технику выполнения, терминологию по жанрам циркового искусства.

**Практика:** (2 часа).

**Итоговая аттестация:** показательное выступление.

## **2.5 Планируемые результаты**

**К концу первого года обучения учащиеся овладеют следующими Знаниями:**

- техники безопасности и профилактики травматизма при подготовке и проведении занятий, выступлений;
- истории циркового искусства;
- цирковой терминологии;
- личной гигиены, закаливания, питания и режима;
- страховки и само страховки;
- видов акробатики;
- техники жонглирования руками.

**Умениями и навыками:**

- качественно выполнять технические элементы жанровой подготовки;
- улучшать показатели физического развития и физической подготовленности, координационных способностей;
- выполнять упражнения физической подготовки общей направленности;
- выполнять упражнения пластической, партерной гимнастики;
- выполнять стойки, кувырки, группировки, растяжки, складки, выкруты;
- смогут участвовать в показательных и концертных выступлениях.

**К концу второго года учащиеся овладеют следующими****Знаниями:**

- о мерах безопасности при подготовке и проведении занятий, выступлений;
- об изучаемых композициях, элементах силовой и хореографической подготовки;
- о технике правильного выполнения упражнений с различными предметами;
- о санитарных нормах и правилах;
- о личной гигиене.

**Умениями и навыками:**

- уверенно владеть реквизитом (хула-хуп, мячи, скакалки, ножи, булавы и др.);
- повышать уровень физического развития и физической подготовки, координационных способностей;
- применять знания и умения по исполнительскому мастерству;
- основные положения правильной осанки;
- выполнять упражнения пластической гимнастики;
- технически исполнять виды жанров (скакалка, жонглирование, акробатика);
- смогут участвовать в концертных выступлениях, фестивалях.
- развивать важнейшие духовно-нравственные ценности;
- развивать навыки артистизма, импровизации.

**К концу третьего года обучения учащиеся овладеют следующими****Знаниями:**

- о мерах безопасности при подготовке и проведении занятий, выступлений;
- о технике правильного выполнения упражнений с различными предметами;
- о санитарных нормах и правилах;
- о личной гигиене, способах закаливания, режиме дня и питания.

**Умениями и навыками:**

- исполнять сложные трюки при работе с реквизитом в различных жанрах;
- выполнять силовые акробатические и сложно-технические элементы в работе со скакалкой;
- развиты у воспитанников до ожидаемого уровня нравственные и волевые качества;
- развиты необходимые двигательные качества артиста цирковой студии (гибкость, ловкость, сила, выносливость);

- достигнуты до ожидаемого уровня показатели физического развития и физической подготовленности детей, координационных способностей;
- сформированы профессиональные навыки выполнения упражнений пластической гимнастики;
- на достаточно высоком уровне сформирована устойчивая правильная осанка;
- сформировано у воспитанников осознанное отношение к здоровому образу и стилю жизни, негативное отношение к вредным привычкам;
- снизится уровень агрессивности через трансформацию ее в спортивные, творческие занятия, мероприятия, на основе расширения зоны межличностного общения;
- профессионально участвовать в концертах, показательных выступлениях, фестивалях;
- владеть навыками актерского и исполнительского мастерства.

**Ожидаемые результаты по окончании обучения по программе:  
образовательные:**

- дан необходимый минимум знаний о жанрах циркового искусства;
- обучены основным приёмам цирковой техники, видам движений выполняемых в различных жанрах;
- обучены навыкам гимнастики и акробатики, жонглирования, эквилибра, сценической пластике;
- овладели и усовершенствовались двигательные умения и навыки.

**личностные:**

- развиты и усовершенствованы двигательные качества (гибкость, сила, ловкость), координационные способности;
- сформировано умение ориентироваться в пространстве;
- развита наблюдательность, внимание, память, творческая фантазия и воображение;
- развита эмоциональная сфера, творческие способности.

**метапредметные:**

- воспитана любовь к цирковому искусству, окружающему миру;
- сформированы волевые и моральные качества (уважительное отношение друг к другу, к старшим, взаимопомощь, взаимовыручка, взаимопонимание, коллективизм, коммуникативность);
- воспитано осознанное отношение к здоровому образу жизни;
- выработана потребность к занятиям физкультурой и спортом.

В ходе освоения программы применяются следующие методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение; педагогический анализ результатов выполнения практических работ; диагностика; участие в муниципальных краевых и всероссийских конкурсах; интернет конкурсах.

### **Раздел 3. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации**

#### **3.1 Календарный учебный график**

Дата начала и окончания учебного периода	1-й год об. 10.09.2022-31.05.2023
Место проведения занятия	МБОУ-СОШ № 14 х. Лебеди, спортзал
Режим занятий	Три раза в неделю по два академических часа
Форма занятий	Групповая
Сроки контрольных процедур	Начало, середина и конец учебного года
Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, конкурсах, фестивалях, праздниках)	Участие в мероприятиях ДДТ (по плану)

Календарный учебный график составляется отдельно на каждую учебную группу (Приложение 1).

#### **3.2 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ**

**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**«Арена»**

на 2022 – 2023 уч. год.

#### **Нормативно-правовые основы разработки и реализации программы воспитания**

- Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.;
- О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»: Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ.;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- План мероприятий по реализации в 2021–2025 годах стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 г. № 2945-р.;
- Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» (2021–2024 годы) Национального проекта «Образование». Утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16.;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» Национального проекта «Образование». Утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по

стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16.;

- Об утверждении профессионального стандарта «Специалист в области воспитания»: Приказ Минтруда России от 10.01.2017 № 10н.;

- Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»: Приказ Минтруда России от 05.05.2018 № 298н.;

- Методические рекомендации о механизмах привлечения организаций дополнительного образования детей к профилактике правонарушений несовершеннолетних: Письмо Минобрнауки России от 03.04.2017 № вк-1068/09.;

- Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам: Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196.;

- Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей: Приказ Минпросвещения России от 3.09.2019 г. № 467.;

- О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий: Письмо Минпросвещения России от 7.05.2020 года № вб-976/04.;

- О внесении изменений в некоторые ФГОС общего образования по вопросам воспитания обучающихся: Приказ Минпросвещения России от 11.12.2020 г. № 712.

**Цель воспитания** – личностное развитие учащихся, проявляющееся:

1. в освоении учащимися социальных знаний, приобретении опыта социального взаимодействия;

2. в формировании опыта самоопределения (личностного и профессионального);

3. в овладении учащимися способами саморазвития и самореализации в современном мире, в том числе формирования современных компетентностей и грамотностей, соответствующих актуальным вызовам будущего.

**Задачи воспитания** - способствовать:

- воспитанию культуры поведения и общения;

- воспитанию основ этикета;

- воспитанию дружбы и товарищества, чувства ответственности, дисциплинированности;

- воспитанию трудолюбия, целеустремленности, скромности и требовательности к себе;

- воспитать и развить у детей такие личностные качества как волевая активность, вера в свои силы, дисциплинированность.

**Основные направления воспитательной работы на 2022 – 2023 учебный год.**

**1. Патриотическое воспитание:**

- воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- усвоение традиционных ценностей многонационального российского общества;
- формирование личности как активного гражданина – патриота, обладающего политической и правовой культурой, критическим мышлением, способного самостоятельно сделать выбор на основе долга, совести и справедливости;
- воспитание у учащихся чувства патриотизма и любви к Родине на примере старших поколений;
- развитие и углубление знаний об истории и культуре родного края.

## **2. Нравственное воспитание:**

- совершенствование духовной и нравственной культуры, укрепление у учащегося позитивной нравственной самооценки, самоуважения и жизненного оптимизма;
- развитие у учащегося уважительного отношения к родителям, близким людям, осознанного, заботливого отношения к старшим и младшим; доброжелательности и эмоциональной отзывчивости.

## **3. Национальное воспитание:**

- Формирование у учащихся национального сознания и самосознания, любви к родной земле, семье, народа;
- формирование у учащихся ответственности к истории, религии, национальной традиции, национальной культуры, обычаев своего народа, Родины;
- утверждение принципов общечеловеческой морали: правды, справедливости, патриотизма, доброты, толерантности, трудолюбия.

## **4. Трудовое и профориентационное воспитание:**

- развитие ответственного, творческого и добросовестного отношения учащихся к разным видам трудовой деятельности, накопление профессионального опыта;
- формирования у детей творчества, самостоятельности, ответственности, активности, уверенности в себе;
- привитие любви к труду и творческого отношения к нему;
- развитие индивидуальных интересов и склонностей в различных видах трудовой деятельности.

## **5. Интеллектуальное воспитание:**

- развитие познавательной потребности, определяемой расширением объема знаний;
- развитие памяти, воображения, внимания, представлений, восприятия.

## **6. Семейное воспитание:**

- воспитание семейных ценностей, традиций, культуре семейной жизни;
- воспитание у детей чувства бережного отношения к семье, близким людям.

## **7. Эстетическое воспитание:**



- воспитание основ эстетической культуры, способность различить и видеть прекрасное;
- развитие художественных способностей;
- воспитание чувства любви к прекрасному.

#### **8. Физическое воспитание:**

- формирование потребности в здоровье, как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни; позитивного отношения учащихся к занятиям спортом;
- развитие чувства ответственности к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

#### **9. Экологическое воспитание:**

- формирование элементарных экологических знаний;
- формирование умений и навыков наблюдений за природными объектами и явлениями;
- воспитание гуманного, бережного, заботливого отношения к миру природы, и окружающему миру в целом.

#### **10. Правовое воспитание:**

- воспитание свободного гражданина, функционально-грамотного, способного к сотрудничеству в интересах человека, общества, государства.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Планируемый результат
1.	Патриотическое воспитание	Беседа «Ни кто не забыт, Ни что не забыто...»	февраль	- воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину; - развитие и углубление знаний об истории и культуре родного края
		Беседа «Три цвета Родины»	октябрь	
		Беседа «Помни их имена»	май	
2.	Нравственное воспитание	Беседа «Помните! Через века. Через года помните!»	февраль	-совершенствование духовной и нравственной культуры; -воспитание любви и
		Акция «Спешите делать добрые дела»	ноябрь	

		Беседа «Семья-начало начал»	декабрь	уважения к семье, близким людям, к старшим, к друзьям, к знакомым людям.
3.	Национальное воспитание	Презентация «Виртуальная экскурсия по достопримечательностям городов России»	сентябрь	- формирование у учащихся ответственности к истории, религии, национальной традиции,
		Беседа «С чего начинается Родина»	ноябрь	национальной культуры, обычаев своего народа, Родины; - утверждение принципов общечеловеческой морали: правды, справедливости, патриотизма, доброты, толерантности, трудолюбия.
4.	Трудовое и профориентационное воспитание	Беседа «О правильном выборе профессии»	февраль	- развитие ответственного, творческого и добросовестного отношения учащихся к разным видам трудовой деятельности,
		Беседа Что важнее: «Кем быть»или «Каким быть»?	сентябрь	накопление профессионального опыта;
		«Мастерская Деда Мороза»	декабрь	- формирования у детей творчества, самостоятельности,

				ответственности, активности, уверенности в себе.
5.	Интеллектуальное воспитание	Беседа «Знаешь ли ты ПДД?»	сентябрь	- развитие познавательной потребности, определяемой расширением объема знаний. - развитие памяти, воображения, внимания, представлений, восприятия.
		Викторина «По сказочным тропинкам»	апрель	
		Музыкальная викторина «Угадай мелодию»	апрель	
		Интеллектуальная игра «Ледниковый период»	январь	
6.	Семейное воспитание	Акция «Рождественская елка!»	декабрь	- воспитание семейных ценностей, традиций; - воспитание у детей чувства бережного отношения к близким людям.
		Беседа «Что мы знаем о традициях»	январь	
		Творческая мастерская «8 марта-день мамы»	март	
7.	Эстетическое воспитание	Беседа «Как вести себя в общественном транспорте»	октябрь	- воспитание основ эстетической культуры, способность различить и видеть прекрасное; - развитие художественных способностей; - воспитание чувства любви к прекрасному.
		Беседа «Твори добро ибо ты-человек!»	январь	
8.	Физическое воспитание	Игровая гимнастика «Вы, наверное, устали?»	октябрь	- формирование потребности в здоровье; сознательного стремления к ведению
		Физкультминутка «Делу время -	май	

		потехе час» «В здоровом теле- здоровый дух.»	апрель	здорового образа жизни; позитивного отношения учащихся к занятиям спортом; - развитие чувства ответственности к своему здоровью и здоровью окружающих людей.
9.	Экологическое воспитание	Беседа «Берегите воздух и воду»	май	- воспитание гуманного, бережного, заботливого отношения к миру природы, и окружающему миру в целом.
		Акция «Помоги птицам»	март	
		Беседа «Всемирный день воды» 22 марта	март	
10.	Правовое воспитание	Беседа «Игра с законом-игра с огнем»	ноябрь	Воспитание свободного гражданина, функционально грамотного, способного к сотрудничеству в интересах человека, общества, государства.

### 3.3 Условия реализации программы

#### 1. Материально-техническое и информационное обеспечение программы.

Для работы объединения необходимы следующие условия:

- Светлое, просторное, проветриваемое помещение;
- Шкаф для хранения материалов, инструментов;
- Питьевая вода;
- Инструкция по ТБ;

- Пособия по объединению;
- Фотоматериал;
- Аудиоматериал;
- Видеоматериал;
- Ноутбук, для демонстрации фото- и видео-материала;
- Музыкальная колонка.

#### **Инструменты и материалы:**

- Маты;
- Страховочный пояс;
- Палочки;
- Обручи;
- Скакалки;
- Гимнастические скамейки;
- Шведская стенка;
- Мячи;
- Кольца;
- Булавы;
- Гимнастический стол;
- Гантели.

#### **2. Кадровое обеспечение**

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

### **3.4 Формы аттестации**

В учреждении принята единая система мониторинга и разработаны критерии оценки реализации образовательной программы и дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Педагогический мониторинг включает в себя:

- входной контроль (начальная диагностика), проводится в начале года; текущий контроль - осуществляется на занятиях в течение всего учебного года; промежуточная диагностика; итоговая диагностика, в конце учебного года, либо в конце освоения программы, что позволяет отследить динамику достижения предметных, метапредметных и личностных результатов;
- наблюдения за социально-значимой деятельностью учащихся, в которых отражаются все достижения и результаты в предметной, метапредметной сфере.

**Формы отслеживания образовательных результатов:** беседа, педагогическое наблюдение, конкурсы, итоговые занятия, выполнение практических заданий, тренинги, опрос, игры.

**Формы фиксации образовательных результатов:** грамоты, дипломы, карта диагностики, анкета, фото, отзывы родителей и педагогов, сертификаты, свидетельства.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** открытые занятия, итоговые отчеты, конкурсы, выполнение практических заданий, аналитическая справка, диагностическая карта, портфолио.

### 3.5 Оценочные материалы

Для определения достижения учащимися планируемых результатов проводится диагностика согласно «Критериям определения уровня подготовки учащегося» (Приложение 2) и заполняются «Карта диагностики освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арена» учащимися» (Приложение 3).

Карта позволяет вести поэтапную систему контроля за обучением учащегося и отслеживать динамику его образовательных результатов, начиная от первого момента взаимодействия с педагогом. Этот способ оценивания – сравнение ребенка только с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем – важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Также на всех этапах реализации программы создаются условия для формирования и развития самоконтроля и самооценки учащимися процесса и результатов освоения учебного материала. Важно научить учащихся самостоятельно добыть знания и применять их на практике. Формирование учебной деятельности объединения невозможно без самоконтроля, который, как правило, проявляется в виде защиты творческих работ, коллективном обсуждении и сравнении собственных работ с работами других учащихся.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Каждую оценку надо прокомментировать, показать, в чем прирост знаний и мастерства учащегося – это поддержит его стремление к новым успехам.

#### **Оценочные материалы:**

- «Карта диагностики освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арена» учащимися» (Приложение 3);
- Диагностика участия и результативности учащихся в выставках и конкурсах различного уровня (Приложение 4);
- Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения» (Приложение 5).

### 3.6 Методические материалы

Основной формой обучения является занятие. На каждом занятии используется дополнительный материал: презентации, фото, видео-материал, схемы и т.д.

Занятие имеет: цель; конкретное содержание; определенные методы организации учебно-педагогической деятельности. Каждое занятие состоит из вводной, основной, заключительной, с подведением итогов частей. Наиболее часто применяются комбинированные занятия, которые способствуют сохранению интереса, внимания, работоспособности.

Учебные занятия группируются на основе единства педагогических целей на занятии:

- по получению новых знаний и умений, цель которых – первичное получение знаний;
- по закреплению знаний и умений;
- по обобщению и систематизации знаний и умений, применению знаний и умений с целью выработки способности переносить знания и умения в новые условия, контролю и коррекции знаний, необходимых для проведения оценки результатов деятельности каждого учащегося.

Программа рассчитана на три года обучения и предполагает усвоение учащимися определённого минимума знаний, умений и навыков по жанрам циркового искусства.

В основу реализации программы положен дифференцированный, личностно-ориентированный подходы, при которых образование направлено на развитие способностей и возможностей учащихся, учитывает склонности и интересы каждого ребенка. Основным принципом обучения является расширение физических, нравственных, эстетических возможностей учащихся, процесс обучения носит коррекционный и развивающий характер.

Программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в студии циркового искусства границы их несколько сглаживаются, с конкретными указаниями, на что обратить внимание. Работа строится так, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая цели и задачи обучения и конкретные перспективы коллектива.

**В работе с детьми применяются различные формы обучения:**

- теоретические занятия;
- практическая деятельность;
- индивидуальная работа;
- групповая работа;
- совместные занятия с учащимися других групп, выпускниками студии, родителями.

Учебный материал программы рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Выбор методов и форм обучения для реализации программы определяется принципами обучения:

- от простого к сложному;

- от практической деятельности – к развитию психофизических качеств личности;
- индивидуального подхода.

Основой освоения циркового искусства является изучение техники выполнения акробатических элементов, пластических движений, техники создания образа постановочного номера, освоение и совершенствование двигательных умений и навыков, координационных способностей, повышение уровня физических качеств (гибкости, ловкости, силы), укрепление и сохранение здоровья, формирование правильной осанки.

Основой подготовки учащихся является изучение основных упражнений. Дозировка и темп физических упражнений зависит от возраста учащихся с учетом их физического развития и подготовленности.

Технические трудности в исполнительстве непосредственно связаны с эмоциональным откликом на музыку, умением воспринимать её. Для преодоления технических трудностей применяются комплексные ритмические, музыкальные, пластические игры и упражнения призванные обеспечить развитие естественных психомоторных способностей воспитанников, развитие свободы и выразительности телодвижений.

Значительное место отводится заданиям, развивающим художественно-творческие способности учащихся: воображение, инициативу, самостоятельность. Которые достигаются такими способами, как: импровизация, практические занятия, тренинги, музыкально-пластические этюды. Для снятия физического напряжения, утомляемости происходит смена деятельности.

На первом году обучения учащиеся изучают основу циркового искусства. В конце первого и второго годов обучения проводится собеседование с учащимися по выбору жанра циркового искусства, для последующего обучения с учетом диагностики по итоговым занятиям. На втором и третьем году обучения увеличивается объём и сложность содержательной части разделов, практических умений и навыков учебного курса.

Индивидуальные занятия с одним или несколькими учащимися по разным жанрам для достижения более высоких результатов исполнительского мастерства.

При работе над репертуаром, подготовке к различным массовым мероприятиям допускаются свободные репетиции, занятия по группам, звеньям, индивидуальные занятия. С целью подготовки их к ответственным выступлениям, конкурсам, фестивалям.

Эффективным методом для осуществления контроля знаний является самостоятельная работа, опрос, концертная деятельность, открытое занятие, отчётные мероприятия. Результаты контроля фиксируются в диагностической карте.

Важная роль на занятиях отводится технике безопасности. Инструктаж по технике безопасности проводится на основании разработанной инструкции в начале учебного года, при смене цирковых жанров, при



проведении показательных, концертных выступлений. Короткие беседы по вопросам безопасности проводятся непосредственно во время проведения занятий. Большое внимание уделяется страховке партнёра и само страховке при выполнении сложных технических элементов.

Важнейшей задачей в работе с детьми, наряду с обучением жанров циркового искусства, является воспитательная работа. Этому способствуют: общие занятия в объединении, подготовка и проведение программы показательных и концертных выступлений, совместное проведение праздников, игр, конкурсов, каникул, викторин, экскурсии, совместные мероприятия с родителями и т.д.

Проводятся профилактические беседы по темам: наркомания, курение, алкоголизм, террористические акты.

Предусмотрен цикл бесед, докладов: «Мы дружим с физкультурой», «В здоровом теле – здоровый дух», «Гигиена – залог здоровья», «Профилактика нарушения осанки», «Гигиена питания» и др.

На основе разностороннего взаимодействия у учащихся воспитываются такие качества как: патриотизм, коллективизм, товарищество, любовь к труду, дисциплинированность, чувство долга, честность и скромность, осознание того, что успех зависит от их сознательности и активности. Педагог воспитывает у детей осмысленное отношение к регулярным занятиям физическими упражнениями.

Для успешной организации учебно-воспитательной работы необходима педагогическая диагностика. Сущность педагогической диагностики – изучение личности учащихся, результативности учебно-воспитательного процесса на основе изменений в уровне обученности и воспитанности детей для этого применяются различные виды диагностики.

Анализ результатов диагностики позволяет педагогу подобрать эффективные способы организации детского коллектива, определить перспективу развития образовательного процесса.

### **Структура занятия**

- начальная организация, эмоциональный и психологический настрой. Подготовка учащихся к занятию;
- повторение пройденного материала (выявление опорных знаний и представлений);
- изучение нового материала (формирование новых знаний);
- показ педагогом процесса изготовления поделки (работа по схеме, технологической карте);
- самостоятельное изготовление учащимися изделия по текстовому плану, технологической карте;
- анализ изготовленной работы, обобщение полученного материала на занятии.

Важным условием правильной организации учебно-воспитательного процесса является выбор педагогом методов и форм обучения на занятии.

В образовательном процессе педагогический подход заключается в использовании **основных принципов:**

*Принцип наглядности.* Наглядные образы способствуют правильной организации мыслительной деятельности учащегося. Наглядность: схемы, фотографии в бумажном и электронном виде, видео, презентации обеспечивают понимание и прочное запоминание.

*Принцип доступности* предполагает соотношение содержания, характера и объема учебного материала с уровнем развития, подготовленности детей. На занятиях изучение программы начинается с простого изучения природы, которая находится вокруг нас. Необходимо переходить от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Обучение, оставаясь доступным, сопряжено с приложением серьезных усилий, что приводит к развитию личности.

*Принцип взаимоуважения и доверия* принятие учащихся (такими, какие они есть), постоянная поддержка их со стороны педагога, стимуляция учащихся, вера в их способность, поощрение достижений учащихся.

*Принцип воспитывающего обучения* предусматривает форму организации образовательно-воспитательного процесса, использование методов и средств, оказывающих воспитательное влияние на формирование личности в целом (убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация). Хорошим стимулом и мотивацией для выполнения работ на высоком уровне и их завершенности служит сознание учащегося, что его работа будет выставлена на выставку, примет участие в конкурсе.

#### **Формы работы:**

*Фронтальная* – подача учебного материала всей группе учащихся.

*Групповая* – предоставление возможности самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности. Всё это способствует более быстрому и качественному выполнению задания. Успешно на занятиях происходит объединение разновозрастных детей с целью обучения наставничеству.

*Индивидуальная* – самостоятельная работа учащихся с оказанием помощи при возникновении затруднения, не уменьшая активности учащихся и содействуя выработке навыков самостоятельной работы.

**В реализации программы применяются следующие методы обучения:**

1. Словесный метод.
2. Практический метод.
3. Наглядный метод.
4. Проблемно-поисковый метод.
5. Метод контроля .
6. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию.
7. метод комплексного подхода к образованию и воспитанию.
8. метод строго регламентированного упражнения, предусматривающего:
  - выполнение упражнений в строго заданной форме;
  - избирательное воздействие упражнений на различные части тела;

- строгая дозировка нагрузки и управление её динамикой в ходе выполнения упражнения;
- избирательное развитие не только отдельных физических качеств, но и их компонентов;
- обеспечение индивидуализации в обучении.

Педагогическое обеспечение программы:

- соблюдение правил техники безопасности, норм СанПиН;
- ведение учебно-воспитательного процесса в соответствии с современными требованиями педагогики и психологии, применяя творческий подход;
- музыкальный материал;
- программно-методический материал (образовательная программа, тематический план, план воспитательной работы);
- методическая литература.

**Используются следующие психологические тесты:**

- для определения психофизических качеств:  
Шкала самооценки (Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина), опросник РЕН (Ганс и Сибилла Айзенк), методика «Оперативная память», методика «Память на образы». Методики для изучения внимания – методика «Корректирующая проба», методика Мюнстерберга, методика «Расстановка чисел». Методики для оценки логичного мышления – методика «Закономерности числового ряда», методика «Количественных отношений», методика «Компасы», тест возрастающей трудности (методика Равенна), методика экспресс-диагностики характерологических особенностей личности, методика «Пословицы» (разработана кандидатом психологических наук С.М. Петровой).
- межличностные качества:  
Определение направленности личности (ориентированная анкета), методика диагностики межличностных отношений Т. Лири, методика «Q-ориентировка», метод социометрических измерений (социометрия), методика Рене Жиля.

Применяемые педагогические технологии в образовательном процессе:

**Технология личностно-ориентированного обучения.** Эта технология ставит в центр личность ребенка, создание условий для развития индивидуальных способностей каждого ребенка. В процессе обучения помогает максимально раскрыть и развить способности ребенка, помочь становлению личности путем организации познавательной деятельности, обеспечивает комфортные, бесконфликтные и безопасные условия в развитии детей, реализации их природных качеств. Личность ребенка в этой технологии открыта для воспитания и усвоения новых знаний.

**Технология проблемного обучения.** Технология проблемного обучения позволяет организовать обучение в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях объединений, включает индивидуально-групповую и командно-игровую формы работы. В первом случае обучающиеся делятся на группы в несколько человек, которым даётся определенное задание, например, самостоятельно разработать порядок

изготовления работы. Это эффективная форма работы для усвоения нового материала каждым ребенком, решения поставленной проблемы видением самого ребенка. Разновидностью работы с технологией проблемного обучения может служить, например, индивидуальная работа в команде. Каждая команда придумывает свой порядок изготовления работы из модулей, показывает свою работу другим, работа рассматривается, ведется обсуждение.

Проблемное обучение представляет собой способ развития сознания человека через самостоятельное разрешение им познавательных проблем, содержащих в себе противоречия, или через его активное участие в процессе разрешения этих проблем.

**Игровая технология.** Применение игровых технологий особенно важно в младших группах, когда только начинается целенаправленное обучение ребенка, когда занятия становятся ведущей деятельностью, в ходе которых формируются психические свойства и качества ребенка, прежде всего познавательные процессы и отношение к себе как субъекту познания (познавательные мотивы, самооценка, способность к сотрудничеству и др. Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра, как вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

Игра сама по себе универсальный стимулятор. В процессе игровой деятельности изучаемый материал забывается учащимися в меньшей степени и медленнее, чем материал, при изучении которого где игра не использовалась.

**Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ).** Использование ИКТ позволяет оживить совместную образовательную деятельность с учащимися, вызвать положительный эмоциональный отклик с их стороны. Применение компьютерных дидактических игровых заданий даёт возможность повысить не только уровень познавательного интереса, но и уровень познавательной активности и самостоятельности мышления.

Компьютерные технологии это новый способ передачи знаний, который соответствует качественно новому содержанию обучения и развития учащихся.

Использование компьютерных технологий – это не влияние моды, а необходимость, диктуемая сегодняшним уровнем развития образования.

С помощью ИКТ на занятии можно:

- сделать учебную деятельность учащихся более содержательной;
- сделать учебный процесс более привлекательным и современным для учащихся;
- сделать учебную информацию для восприятия более интересной за счет привлечения зрительных образов;
- повысить качество обучения, желания учиться;
- сделать занятие наглядным, динамичным.

Известно, что наиболее эффективный способ преподавания - это наглядная демонстрация и синхронное объяснение изучаемого материала. Классические и интегрированные уроки в сопровождении мультимедийных презентаций и программных продуктов позволяют учащимся углубить знания, полученные ранее, как говорится в английской пословице – "Я услышал – и забыл, я увидел – и запомнил". Использование анимации в слайдах позволяет педагогу дать учащимся более яркое представление об услышанном на занятии. Учащиеся с удовольствием погружаются в материал занятия. Компьютер дает педагогу новые возможности, позволяя вместе с учащимися получать удовольствие от увлекательного процесса познания, не только силой воображения раздвигая стены учебного кабинета, но с помощью новейших технологий позволяет погрузиться в яркий красочный мир. Такое занятие вызывает у учащихся эмоциональный подъем. Компьютер не заменяет живого общения с педагогом и другими источниками информации, однако учитывая интерес учащихся к Интернету, повышает заинтересованность в изучении дисциплины.

**Здоровьесберегающие технологии.** Работа с модулями из бумаги требует огромного зрительного напряжения, длительной неподвижности, поэтому применение здоровьесберегающих технологий на занятии очень важно.

Занятия строятся в соответствии с динамикой внимания учащихся, учитывается время для каждого задания, чередуются виды работ. На занятии применяются игры способствующие релаксации, вызывающие положительные эмоции, легкость и удовольствие. Применяются физкультминутки, упражнения для глаз, релаксация и др.

Применяются эмоциональные разрядки, необходимые для снятия умственного напряжения и утомления: поговорки, веселые четверостишия, музыка (классическая).

Если занятия будут построены таким образом, что учащиеся будут всегда ожидать чего-то нового и интересного; если эмоциональная атмосфера на занятии будет атмосферой доброжелательства и сотрудничества; если мои воспитанники будут иметь возможность развивать и проявлять не только свои знания, но и творческие способности, - безусловно, и учить, и учиться будет легко и радостно, и все это в итоге положительно скажется на психофизическом здоровье учащихся.

### **Дистанционные образовательные технологии**

Дистанционные образовательные технологии с использованием Интернета применяются, как для освоения отдельных разделов и тем в случае пропуска, или невозможности посетить занятие учащимся по уважительной причине.

#### **1. Чат-занятие**

Учебное занятие, осуществляется с использованием чат-технологий. Чат-занятие проводится синхронно, когда все участники имеют одновременный доступ к чату. В рамках организованной деятельности дистанционные учащиеся в реальном времени присутствуют на проводимом дистанционным

педагогом занятия, в домашних условиях выполняют те задания, которые учащиеся выполняют в объединении.

## **2. Онлайн-видеоконференцсвязь**

Обеспечивает интерактивное взаимодействие нескольких участников образовательного процесса, которые оперативно обсуждают и решают проблему, производят обмен аудио- и видеoinформацией в режиме реального времени.

## **3. Телеприсутствие**

Дистанционное присутствие учащегося на занятии происходит с помощью видеосвязи Skype, Viber, WhatsApp и других приложений.

## **4. Интернет-рассылка**

На электронную почту учащегося педагог высылает учебные материалы, или ссылки на опубликованный обучающий материал на сайте объединения, или на YouTube канале: конспект занятия, конспект мастер-класса, видеоурок, тесты, задания.

### **3.7 Порядок проверки и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Арена» обсуждается на методическом совете, принимается на педагогическом совете и утверждается приказом директора ДДТ. Имеет рецензию в соответствии с локальным актом – порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам МБУ ДО ДДТ ст. Гривенской, разработанным в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва. Этим же локальным актом в соответствии с требованиями СанПиН определяются **количественный состав учащихся** в объединении, их **возрастные категории**, а также **продолжительность и периодичность занятий**.

Программа ежегодно корректируется с учетом изменяющихся условий, нормативных требований.

В МБУ ДО ДДТ ст. Гривенской приняты локальные нормативные акты по основным вопросам организации и осуществления образовательной деятельности:

- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам;
- Образовательная программа, включаю учебный план, календарные учебные графики реализуемых дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ;
- Положение о правилах приема, перевода, отчисления и восстановления учащихся;
- Правила внутреннего распорядка учащихся;

- Положение о порядке оформления возникновения, приостановления и прекращения отношений между МБУ ДО ДДТ ст. Гривенской и учащимися и (или) их родителями (законными представителями);
- Положение о промежуточной и итоговой аттестации учащихся.

## Список литературы

### - для педагога:

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии»; «Рольф», Москва, 2001 год.
2. В.П. Коркин «Пусть меня научат»; «Физкультура и спорт», Москва, 2003 год.
3. Никуля Кетрек «Хочу танцевать»; «Махаон», Москва, 2001 год.
4. И.Н. Сиренко «Парные акробатические упражнения для женщин»; «Физкультура и спорт», Москва, 2001 год.
5. Хелен Идем и Николая Кетрек «Хочу танцевать»; «Махаон», Москва, 2002 год.

### - для учащихся и родителей:

1. В.П. Коркин «Пусть меня научат»; «Физкультура и спорт», Москва, 2003 год.
2. Никуля Кетрек «Хочу танцевать»; «Махаон», Москва, 2001 год.
3. И.Н. Сиренко «Парные акробатические упражнения для женщин»; «Физкультура и спорт», Москва, 2001 год.

### - цифровые образовательные ресурсы:

1. Википедия /электронный ресурс/ режим доступа [ru.wikipedia.org](http://ru.wikipedia.org) (дата обращения 25.04.2022г.)
2. Под куполом /электронный ресурс/ режим доступа <https://diletant.media/articles/26036574/> (дата обращения 25.04.2022г.)
3. Жанры циркового искусства /электронный ресурс/ режим доступа <https://artareaproject.ru/page/zhanry-cirkovogo-iskusstva> (дата обращения 25.04.2022г.)
4. Цирковая гимнастика /электронный ресурс/ режим доступа <https://videomin.org/> (дата обращения 25.04.2022г.)
5. Акробатика для начинающих /электронный ресурс/ режим доступа [https://www.youtube.com/playlist?list=PLpo9q3e81x5JkpInwyowBg4J397SOEOI\\_g](https://www.youtube.com/playlist?list=PLpo9q3e81x5JkpInwyowBg4J397SOEOI_g) (дата обращения 25.04.2022г.)
6. Видеозаписи Воздушная гимнастика /электронный ресурс/ режим доступа <https://vk.com/video/@airdancespb> (дата обращения 25.04.2022г.)
7. Видеозаписи Воздушная гимнастика /электронный ресурс/ режим доступа [https://my.mail.ru/mail/ganev\\_ilya/video/104](https://my.mail.ru/mail/ganev_ilya/video/104) (дата обращения 25.04.2022г.)
8. Уроки акробатики с нуля /электронный ресурс/ режим доступа <https://vse-kursy.com/read/1061-uroki-akrobatiki-s-nulya-obuchayuschie-video.html> (дата обращения 25.04.2022г.)
9. Азбука цирка /электронный ресурс/ режим доступа [https://radostmoya.ru/project/azbuka\\_cirka/video/?watch=gimnasticheskaya\\_petlya](https://radostmoya.ru/project/azbuka_cirka/video/?watch=gimnasticheskaya_petlya) (дата обращения 25.04.2022г.)



## Приложения

### Приложение 1

Утверждаю:  
и.о. зам. директора по УВР  
С.Е. Калякина \_\_\_\_\_  
« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г.

### Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год 1-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Форма проведения занятия	Место проведения занятия	Форма контроля
			1 гр.	2 гр.			
1.	<b>Введение.</b>	<b>3</b>					
1.1	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях цирковой студии. Ознакомление с планом работы. Организация работы. Подвижные игры.	3	10.09. 2022 г.	11.09. 2022 г.	Беседа, игра	спортзал	Беседа, наблюдение
2.	<b>Гимнастика и акробатика.</b>	<b>72</b>					
2.1.	Ознакомление с терминологией акробатических упражнений. Индивидуальные упражнения. Беседа на тему: «История акробатики»	3	11.09	12.09	Беседа, практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.2.	Разминка. Упражнения физической подготовки общей направленности. Бег обычный.	3	17.09	18.09	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.3.	Упражнения для формирования осанки. Шпагаты. Полушпагаты.	3	18.09	19.09	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.4.	Презентация: «Правильное дыхание» Упражнения на	3	24.09	25.09	практическая работа	спортзал	Наблюдение

	дыхание, расслабление мышц. Равновесия. Стойки.						
2.5.	Партерная гимнастика. Перекуты. Кувырки.	3	25.09	26.09	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.6.	Комплекс общеразвивающих упражнений. Мост из упора присев. Правый шпагат. Кувырок вперёд ноги врозь.	3	01.10	02.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.7.	Комплекс общеразвивающих упражнений. Мост стоя. Левый шпагат. Кувырок назад.	3	02.10	03.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.8.	Комплекс общеразвивающих упражнений. Мост на коленях. Шпагат с наклоном вперёд. Боковой кувырок.	3	15.10	09.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.9.	Комплекс общеразвивающих упражнений. Мост на одной руке. Шпагат с наклоном назад. Длинный кувырок.	3	16.10	10.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.10	Комплекс общеразвивающих упражнений. Мост на одной ноге. Равновесие «Ласточка».	3	22.10	16.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.11	Комплекс общеразвивающих упражнений. Равновесие с захватом. Кувырок из положения стоя.	3	23.10	17.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.12	Комплекс общеразвивающих упражнений. Мост в полушпагате. Равновесие «Фронтальное».	3	29.10	23.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.13	Комплекс	3	30.10	24.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение

.	общеразвивающих упражнений. Мост в шпагате. Перекат на грудь.				я работа		
2.14	Комплекс общеразвивающих упражнений. Равновесие «Ласточка». «Глухой» мост. Страховка. Самостраховка. Перекидка вперёд на две.	3	05.11	30.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.15	Комплекс общеразвивающих упражнений. Ходьба в мостике назад. Страховка.	3	06.11	31.10	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.16	Комплекс общеразвивающих упражнений. Стойка на лопатках. Мост с хлопками. Перекидка назад двумя.	3	12.11	06.11	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.17	Комплекс общеразвивающих упражнений. Стойка на локтях в шпагате. Переворот колесом влево.	3	13.11	07.11	практическая работа		Наблюдение
2.18	Комплекс общеразвивающих упражнений. Стойка на локтях «Змейка». Арабское колесо.	3	19.11	13.11	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.19	Комплекс общеразвивающих упражнений. Стойка на локтях «Кольцо». Равновесие «Ласточка».	3	20.11	14.11	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.20	Комплекс общеразвивающих упражнений. Равновесие «Ласточка». «Глухой» мост. Страховка. Самостраховка. Перекидка вперёд на	3	26.11	20.11	практическая работа	спортзал	Наблюдение

	две.						
2.21	Комплекс общеразвивающих упражнений. Мост в полушпагате. Равновесие «Фронтальное».	3	27.11	21.11	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.22	Комплекс общеразвивающих упражнений. Стойка на лопатках. Мост с хлопками. Перекидка назад двумя.	3	03.12	27.11	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.23	Комплекс общеразвивающих упражнений. Стойка на лопатках. Мост с хлопками. Перекидка назад двумя.	3	04.12	28.11	практическая работа	спортзал	Наблюдение
2.24	Закрепление по теме: «Гимнастика и акробатика». Просмотр выступлений артистов цирка.	3	10.12	04.12	практическая работа	спортзал	Практическая работа
<b>3.</b>	<b>Жонглирование.</b>	<b>66</b>					
3.1	Техника жонглирования. Ознакомление с предметами для жонглирования.	3	11.12	05.12	Беседа, практическая работа	спортзал	Наблюдение
3.2	Жонглирование мячика на правой и левой руке. Видеоролик «Жонглирование предметами»	3	17.12	11.12	практическая работа	спортзал	Наблюдение
3.3	Жонглирование руками двух мячиков над головой попеременно. Жонглирование руками двух мячиков над головой одновременно.	3	18.12	12.12	практическая работа	спортзал	Наблюдение
3.4	Жонглирование двух мячиков под правой и левой рукой. Жонглирование с руки на руку.	3	24.12	18.12	практическая работа	спортзал	Наблюдение

3.5	Жонглирование руками двух мячиков попеременно. Жонглирование руками двух мячиков одновременно.	3	25.12	19.12.	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.6	Перебрасывание двух мячиков с руки на руку. Жонглирование на левой руке.	3	24.12	25.12	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.7.	Жонглирование двух мячиков на левой руке. Жонглирование на правой руке.	3	31.12	26.12	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.8.	Жонглирование трех мячиков. «Каскад»	3	14.01	08.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.9.	Жонглирование двух мячиков под левой рукой. Жонглирование трех мячиков.	3	15.01	09.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.10	Жонглирование двух мячиков под правой рукой. Жонглирование трех мячиков.	3	21.01	15.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.11	Жонглирование руками двух колец попеременно. Жонглирование трех колец.	3	22.01	16.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.12	Жонглирование руками двух колец одновременно. Жонглирование трех колец.	3	28.01	22.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.13	Жонглирование руками одной булавы. Жонглирование двух булав двумя руками.	3	29.01	23.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.14	Жонглирование одной булавы под руку правой рукой. Жонглирование одной булавы под руку левой рукой.	3	04.02	29.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.15	Вращение одного хула-хупа на талии. Вращение одного хула-хупа на правой руке.	3	05.02	30.01	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.16	Вращение на руках	3	11.02	05.02	практическа	спортзал	Наблюдение

.	двух хула-хуп назад, вперёд. Вращение одного хула-хупа на левой руке.				я работа		
3.17	Вращение одного хула-хупа на коленях. Вращение одного хула-хупа над головой.	3	12.02	06.02	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.18	Вращение одного хула-хупа на талии. Вращение двух хула-хуп над головой.	3	18.02	12.02	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.19	Одновременное вращение одного хула-хупа на груди, одного хула-хупа на талии.	3	19.02	13.02	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.20	Вращение одного хула-хупа на шеи. Одновременное вращение одного хула-хупа на груди, талии.	3	25.02	19.02	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.21	Работа с большим количеством хула-хуп.	3	26.02	20.02	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
3.22	Закрепление по теме: «Жонглирование» Просмотр выступлений артистов цирка.	3	04.03	26.02	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
<b>4.</b>	<b>Эквилибр.</b>	<b>42</b>					
4.1.	Эквилибр на одной катушке заход, сход с опорой на катушку. Презентация «Эквилибр»	3	05.03	27.02	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
4.2.	Эквилибр на одной катушке заход, сход без опоры. Жонглирование мячика.	3	11.03	05.03	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
4.3.	Эквилибр на одной катушке заход, сход без опоры. Жонглирование хула - хупа.	3	12.03	06.03	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
4.4.	Работа с тростью и обручем на катушке.	3	18.03	12.03	практическа я работа	спортзал	Наблюдение
4.5.	Техника эквилибра на моноцикле. Просмотр	3	19.03	13.03	практическа я работа	спортзал	Наблюдение

	видеоролика «Эквилибр на моноцикле».						
4.6.	Эквилибр. Заход и сход с опорой на моноцикл.	3	25.03	19.03	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.7.	Эквилибр. Заход и сход с опорой на моноцикл. Заход и сход на моноцикл с помощью страховки.	3	26.03	20.03	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.8.	Эквилибр на моноцикле назад, вперёд. Заход и сход на моноцикл с помощью страховки.	3	01.04	26.03	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.9.	Эквилибр на моноцикле в паре. Заход и сход с помощью страховки.	3	02.04	27.03	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.10	Эквилибр на моноцикле в паре по кругу. Вперед и назад с помощью страховки.	3	08.04	02.04	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.11	Эквилибр на моноцикле в паре по кругу. Парное жонглирование.	3	09.04	03.04	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.12	Эквилибр на моноцикле в паре по кругу. Работа с тростью.	3	15.04	09.04	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.13	Эквилибр на моноцикле в паре по кругу. Работа с хула – хупами.	3	16.04	10.04	практическая работа	спортзал	Наблюдение
4.14	Закрепление по теме: «Эквилибр». Просмотр выступлений артистов цирка.	3	22.04	16.04	практическая работа	спортзал	Наблюдение
<b>5.</b>	<b>Скакалка.</b>	<b>30</b>					
5.1.	Большая скакалка. Техника прыжков на скакалке. Просмотр видеоролика «Большая скакалка»	3	23.04	17.04	Беседа, просмотр видеоролика	спортзал	Наблюдение
5.2.	Большая скакалка: прыжки со скакалкой, прыжки в паре.	3	29.04	23.04	практическая работа	спортзал	Наблюдение
5.3.	Большая скакалка: прыжки с тростью,	3	30.04	24.04	практическая работа	спортзал	Наблюдение

	прыжки в паре.						
5.4.	Большая скакалка: прыжки с двумя хула-хупами, прыжки в паре.	3	06.05	07.05	практическая работа	спортзал	Наблюдение
5.5.	Большая скакалка: жонглирование трёх мячиков, прыжки в паре.	3	07.05	08.05	практическая работа	спортзал	Наблюдение
5.6	Большая скакалка: с подбрасыванием вверх, с ударом об пол мяча.	3	13.05	14.05	практическая работа	спортзал	Наблюдение
5.7.	Большая скакалка: парное вращение хула-хуп, трости, работа с хула-хупами.	3	14.05	15.05	практическая работа	спортзал	Наблюдение
5.8.	Большая скакалка: прыжки в группах, прыжки с предметами.	3	20.05	21.05	практическая работа	спортзал	Наблюдение
5.9.	Большая скакалка: прыжки в группах, индивидуальные акробатические упражнения.	3	21.05	22.05	практическая работа	спортзал	Наблюдение
5.10	Закрепление по теме: «Скакалка». Просмотр выступлений артистов цирка.	3	27.05	28.05	практическая работа	спортзал	Наблюдение
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.</b>	<b>3</b>					
6.1	<b>Промежуточная аттестация:</b> показательное выступление.	3	28.05	29.05	практическая работа	спортзал	Показательное выступление



Критерии определения уровня подготовки учащегося  
Информационная карта № 1  
«Определение уровня личностного развития»

- сформировавшиеся в образовательном процессе качества личности; мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, система ценностных отношений учащихся к себе, другим людям, духовной сфере;
- результаты, отражающие социальную активность, общественную деятельность, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, нравственно-этическая ориентация.

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативно-сти
Л1	Терпение/ выдержка (организационно - волевое качество)	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	- низкий уровень (терпения хватает меньше чем на ½ занятия)	0	Наблюдение
			- средний уровень (терпения хватает больше чем на ½ занятия)	1	
			- высокий уровень (терпения хватает на все занятие)	2	
Л2	Интерес к занятиям в объединении (ориентационное качество)	Осознанное участие ребенка в освоении дополнительной общеобразовательной программы	- низкий уровень (интерес к занятиям продиктован ребенку извне);	0	Наблюдение Беседа
			- средний уровень (интерес лишь периодически поддерживается самим ребенком);	1	
			- высокий уровень (интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно)	2	
Л3	Познавательная активность	Проявление желания узнать новую информацию	- низкий уровень (не проявляет желания узнать новую информацию);	0	Наблюдение Опрос
			- средний уровень (с интересом слушает, но не задает вопросы);	1	

			- высокий уровень (с интересом слушает и задает вопросы для расширения кругозора)	2	
--	--	--	---	---	--

**Информационная карта № 2**  
**«Определение уровня сформированности метапредметных умений учащихся»**

**Метапредметные результаты** – освоенные учащимися общие способы деятельности, ключевые компетенции, применяемые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
M1	Умение слушать и слышать педагога и друг друга	Восприятие информации	- низкий уровень умений (учащийся испытывает затруднения при восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); - средний уровень (воспринимает информацию, но иногда требуется корректировка восприятия педагогом); - высокий уровень (полностью воспринимает информацию)	0  1  2	Наблюдение
M2	Знание технических элементов в цирковом искусстве	Способность самостоятельно показывать технические элементы циркового искусства	- низкий уровень знаний (учащийся не умеет показывать технические элементы ); - средний уровень (умеет показывать технические элементы), но при	0  1	Наблюдение, Творческое задание

			напоминании педагога); - высокий уровень (самостоятельно показывать технические элементы).	2	
МЗ	Умение правильно выполнять упражнения (учебно-организационные навыки)	Ответственность в работе	- низкий уровень умений (учащийся выполняет задание педагога не правильно); - средний уровень (выполняет задание но не со всей ответственностью подходит к работе); - высокий уровень (учащийся самостоятельно выполняет упражнения заданные педагогом)	0  1  2	Наблюдение

**Информационная карта № 3**  
«Определение уровня сформированности предметных умений и навыков учащихся»

**Предметные результаты** – освоенный учащимися опыт специфической деятельности по получению продукта/нового знания, его преобразованию и применению: знания и умения, конкретные элементы практического опыта – навыки или предпрофессиональные/предметные компетенции – конструкторская, техническая, технологическая и т. п

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
П1	Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- низкий уровень (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков); - средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½); - высокий уровень	0  1  2	опрос; индивидуальное собеседование; выполнение практического задания; педагогические наблюдения; выставка

			(ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)		
П2	Творческие навыки (творческое отношение к делу и умение воплотить его в готовом продукте)	Креативность в выполнении заданий	- низкий уровень (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); - средний уровень (выполняет в основном задания на основе образца); - высокий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	0  1  2	практическое задание; наблюдение
П3	Владение материалами предусмотренными по программе	Отсутствие затруднений в использовании материалов	- низкий уровень умений (ребенок испытывает затруднения при работе с материалами); - средний уровень (работает с материалами с помощью педагога); - высокий уровень (работает с материалами и материалами самостоятельно, не испытывает трудностей)	0  1  2	практическое задание; опрос

Карта диагностики освоения дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Арена» учащимися

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_  
Группа и год обучения: \_\_\_\_\_ Дата заполнения: \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИО учащегося	Возраст	Показатели									Общий суммарный бал	Уровень усвоения
			Личностные результаты			Метапредметные результаты			Предметные результаты				
			Л1	Л2	Л3	М1	М2	М3	П1	П2	П3		

Оценки по каждому показателю: от 0 до 2 баллов

- низкий уровень: 0 баллов
- средний уровень: 1 балл
- высокий уровень: 2 балла

**Диагностика участия и результативности**  
учащихся в выставках и конкурсах различного уровня  
за \_\_\_\_\_ учебный год

<b>Название мероприятия</b>	<b>ФИО учащегося</b>	<b>Результат участия</b>

**Анкета для учащихся**  
 «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения»

1. Меня зовут \_\_\_\_\_
  2. Мне \_\_\_\_\_ лет
  3. Я учусь в \_\_\_\_\_ классе \_\_\_\_\_ школы
  4. Я занимаюсь в объединении «Арена» 1 год, 2 года, 3 года.
  5. Об объединении «Арена» я узнал(а)
    - в ДДТ
    - в школе
    - от подруги
    - мама привела
    - свой вариант ответа \_\_\_\_\_
  6. Я хожу на занятия
    - с удовольствием
    - за компанию
    - мама заставляет
    - свой вариант ответа \_\_\_\_\_
  7. Благодаря занятиям в объединении «Арена» я
    - узнал(а) \_\_\_\_\_
    - научился(лась) \_\_\_\_\_
    - познакомился(лась) \_\_\_\_\_
    - свой вариант ответа \_\_\_\_\_
  8. Занятия в объединении «Арена» считаю
    - полезными
    - без полезными
    - интересным и
    - скучными
    - утомительными
    - свой вариант ответа \_\_\_\_\_
  9. Наследующий учебный год
    - продолжу заниматься
    - найду себе другие занятия
  10. В выставках, конкурсах
    - принимал(а) участие
    - не принимал(а) участие
  11. Моя мечта \_\_\_\_\_
- 

\_\_\_\_\_ дата

## ДИАГНОСТИКА ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ВОСПИТАННИКОВ

Проведение педагогом систематического контроля за выполнением учащимися содержания программного обеспечения позволяет качественно улучшить уровень преподавания, организации занятий, сформировать у детей чувство ответственности за качество своей деятельности. Результаты различных методов тестирования позволяют своевременно вносить коррективы в содержание и организацию учебного процесса, служат основанием для поощрения учащихся, дифференцированно подходить к развитию творческих способностей детей, их самостоятельности и инициативы, креативного мышления.

Для отслеживания результативности выполнения программного материала предполагаются различные виды диагностик:

- вводная – проводится в начале учебного года для выявления у воспитанников состояния здоровья, уровня физической подготовленности, мотивации к занятиям, социально-психологической комфортности;
- текущая – проводится на различных этапах обучения для оценки степени освоения программного материала, состояния физического развития и физической подготовленности;
- итоговая – проводится в конце учебного года для определения динамики личностного роста учащихся (теоретические и практические знания, умения по пройденному курсу, физическое развитие, изменение психических процессов).

### Содержание и методика тестирования.

#### Физические качества

#### 1. Сгибание и развитие рук в упоре лёжа (сила).

В зависимости от физической подготовленности воспитанники выполняют тест в положении из упора от гимнастической скамейки или из положения упора на коленях.

#### 2. Поднимание туловища (сила)

Из положения лёжа на спине, руки за головой, ноги закреплены, поднимание туловища в течении одной минуты, касаясь локтями коленей.

#### 3. Наклон туловища (гибкость)

Из положения сидя на полу, тестируемый не сгибая ног, наклоняется вперёд и тянется руками как можно ниже.

#### 4. Прыжки вверх (сила)

Из положения, в течении одной минуты воспитанники выпрыгивают в верх, как можно выше, производя хлопок над головой.



## Результаты тестовых испытаний для определения уровня физической подготовки у детей

№ п/п	Наименование теста	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (количество раз)	6-8	10-12	15-20
2.	Поднимание туловища (количество раз)	15-20	25-30	40-50
3.	Наклон туловища (количество раз)	10	20	30
4.	Пряжки вверх (количество раз)	20	30	40

Контрольно – педагогические срезы проводятся в конце каждой учебной темы.

### Приобретённые навыки по технике выполнения элементов по жанрам

№ п/п	Наименование теста	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
1.	Жонглирование	1,2 мяча	3,4 мяча	3,4,5, мячей, перекидки
		1,2 обруча	3,4 обруча	3,4,5, обручей, перекидки
		1,2,3, хула-хуп в различных вариантах вращения	1,2,3, 4,5,6 хула-хуп в различных вариантах вращения	8 и более хула-хуп в различных вариантах вращения
2.	Акробатика	Ходьба в стойке на руках, колесо, шпагат, курбет	Стойка и ходьба на руках, сальто вперёд, фляк	Сальто назад, фляк, бланш, боковое сальто