

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ
«ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
им. Ю.А.ГАГАРИНА»

СОГЛАСОВАНО

Протокол методического совета
ГБУ ДО КО

«ОЦДОД им. Ю.А. Гагарина»

от «8» сентября 2015 № 1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора

ГБУ ДО КО

«ОЦДОД им. Ю.А. Гагарина»

от «8» сентября 2015 № 243

Директор

Сорокина М.В.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«ЦИРКОВОЕ ИСКУССТВО»



Возраст детей: 6-18 лет

Срок реализации: 5 лет

Крамаренко Николай Иванович
педагог дополнительного образования

Калуга
2015

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа является дополнительной, общеобразовательной, общеразвивающей, художественной направленности, очной формы обучения, для детей 6 – 18 лет, сроком реализации 5 лет.

В 1978 году в Калужском областном Дворце творчества юных организована первая в г.Калуге цирковая студия "Арена".

Программа является модифицированной. За основу принята программа циркового училища, которая переработана согласно возрастным и психологическим особенностям детей от 6 до 18 лет.

Программа создаёт необходимые условия для развития творческих способностей ребёнка, совершенствования его физического развития. Основным курс обучения в цирковой студии "Арена" рассчитан на 5 лет обучения, с учётом индивидуальных особенностей воспитанников, возможности продолжения их творческого роста после окончания основного периода обучения.

За время работы цирковой студии "Арена" 18 воспитанников поступили и закончили Московское государственное училище циркового и эстрадного искусства и работают в профессиональных цирках России, Франции, Швеции, США.

Цирковая студия "Арена" неоднократный победитель областных, региональных и всероссийских фестивалей, обладатель благодарственных писем, почётных грамот.

Данная программа - попытка обобщить опыт работы цирковой студии за 22 года.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА

Цель программы: раскрытие потенциальных способностей детей в области циркового искусства, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, содействие их личностному и профессиональному самоопределению.

Задачи:

Образовательные:

- создание условий для изучения воспитанниками жанра циркового искусства, его истории, традиций;
- овладение художественными приёмами различных видов циркового искусства
- овладение основами исполнительского мастерства;
- создание условий для мотивированного выбора профессии.

Развивающие:

- приобщение к историческим и культурным ценностям общества;

- развитие исторического и культурного самосознания;
- развитие творческих способностей.

Воспитательные:

- формирование эстетического восприятия мира;
- обогащение духовного мира;
- воспитание активного отношения к жизни.

Дидактические:

- познакомить воспитанников с традициями циркового жанра, сформировать их; целостное представление о нём как о части культуры;
- освоить приёмы различных жанров циркового искусства;
- освоить технологию работы с различными предметами и реквизитами;
- научить детей правильному сценическому поведению, а также организации внимания и тренировке памяти и воображения;
- обучить воспитанников основам актёрского мастерства и исполнительского искусства.

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ

- Сотрудничество и ответственность
- Индивидуализация и дифференциация
- Милосердие и достоинство
- Возрастные особенности детей

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Творческая работа цирковой студии осуществляется в несколько этапов:

- 1) выбор направления деятельности;
- 2) изучение теоретического материала;
- 3) проведение тренировочных и репетиционных занятий;
- 4) постановочная работа;
- 5) участие в программах, концертах, конкурсах и фестивалях;
- 6) коллективный анализ проделанной работы.

Методы работы – репродуктивный, наглядности, словесный, практический.

МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ:

1. Творческое развитие воспитанников:
 - показ номера в коллективе с последующей оценкой и анализом воспитанниками и педагогом
 - уроки-конкурсы
 - открытые уроки
 - творческие отчёты (концерты, конкурсы, фестивали)
2. Личностное развитие воспитанников:

- наблюдение
- беседа
- тестирование, анкетирование.

Оценка эффективности реализации программы проходит в два этапа: промежуточная и итоговая аттестация:

- промежуточная аттестация проводится в середине и конце каждого учебного года, его цель - определить результат освоения детьми разделов образовательной программы;
- итоговая аттестация проводится по окончании курса реализации образовательной программы.

Промежуточная аттестация – это творческий экзамен – форма проверки освоения программного материала. Творческий экзамен проводится в виде открытого занятия, концертной деятельности в образовательном учреждении.

Также учитываются достижения обучающихся на городских, региональных, всероссийских, международных фестивалях – конкурсах.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в следующих формах:

- открытые занятия для родителей обучающихся;
- участие в концертных программах города и области;
- участие в творческих конкурсах.

Результаты промежуточной и итоговой аттестации, анализ с выводами и предложениями обсуждаются на педагогических советах.

Организация занятий студии рассчитана сроком на 5 лет.

Группы формируются без учета возраста обучающихся на основе знаний предмета обучения и желания заниматься в объединении. При комплектовании групп базовые знания одинаковы вне зависимости от возраста, это и служит причиной набора разновозрастных групп.

Особенности возрастной группы:

Особенностью данной программы являются разновозрастные группы на каждом году обучения, что обусловлено спецификой обучения цирковому искусству. Состав групп постоянный.

В основе программы лежит личностно-ориентированный подход.

Наполняемость групп по годам обучения:

1 год обучения – 15 человек;

2 год обучения – 12 человек;

3 год обучения – 10 человек;

4 год обучения – 10 человек;

5 год обучения – 10 человек.

Форма занятий - групповые.

Режим занятий:

1 год обучения – 4 часа в неделю, 144 часа в год;

2 год обучения - 6 часов в неделю, 216 часов в год;

- 3 год обучения – 8 часов в неделю, 288 часов в год;
4 год обучения – 9 часов в неделю, 324 часа в год;
5 год обучения – 10 часов в неделю, 360 часов в год.

На каждой году обучения дается материал по шести основным разделам (в разном объёме):

1. Исправление дефектов тела ребёнка (искривление позвоночника, сколиоз) - это главная задача, так как в цирковой коллектив принимаются дети без специального отбора; развитие точных движений (моторика)
2. Азбука музыкального движения
3. Элементы циркового искусства
4. Элементы хореографии
5. Элементы жонглирования
6. Элементы акробатики и гимнастики

Кроме организационных учебно-тренировочных занятий учащиеся должны самостоятельно ежедневно проводить утреннюю зарядку, а также выполнять индивидуальные задания руководителя по совершенствованию своей физической и специальной подготовленности.

1 год обучения

На 1-м году обучения учебно-воспитательная работа направлена на развитие общих способностей и точных движений. Во время учебного процесса дети приучаются к сотрудничеству, у них развиваются: художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности, моторика.

Особое внимание уделяется изучению основ хореографии и гимнастики. Программа сочетает тренировочные упражнения, акробатические движения, что способствует развитию циркового жанра.

Результатом обучения на 1-й ступени должно быть:

всесторонняя физическая подготовка, закаливание, укрепление здоровья занимающихся, формирование разнообразных двигательных навыков и умений, создающих предпосылки для овладения сложной техникой циркового искусства.

Всесторонняя физическая подготовка с развитием ловкости, гибкости, координации движений, их красоты и выразительности.

Результатом 1-й ступени обучения должно стать:

1. подготовка номера
2. выступление с ним на отчётном концерте или открытом уроке

2-3 года обучения

На 2 и 3 году обучения учебно-воспитательная работа направлена на развитие специальных способностей.

Основной задачей продолжает быть укрепление здоровья и закаливание, освоение школы движений, изучение основных упражнений циркового жанра, включающих: акробатику, гимнастику, хореографию и эквилибристику, с помощью которых осуществляется общее и физическое развитие и воспитание

умения выполнять разнообразные упражнения и концертные номера под музыку.

В период третьего года обучения в программу занятий вводятся элементы техники работы с предметами - жонглирование, эквилибр. Включаются элементы клоунады. Проводятся занятия по искусству овладения гримом в цирке.

Результатом 2 и 3 года обучения должно стать:

1. освоение и подготовка двух-трёх номеров;
2. участие в 10-15 показательных выступлениях и концертах;
3. участие в конкурсах и фестивалях.

Следует учитывать, что физическая подготовка направлена на развитие скоростносиловых качеств, укрепление основных групп мышц в сочетании с развитием гибкости.

4-5 год обучения

4-5 год обучения учебно-воспитательная работа направлена на совершенствование физической подготовленности. Наряду с продолжением освоения школы и выразительности движений учащиеся совершенствуются в основных жанрах циркового искусства, включающих акробатику, гимнастику, хореографию, жонглирование. Количество упражнений и предметов увеличивается, техника усложняется.

Результатом последних двух лет обучения должно стать:

1. участие воспитанников не менее чем в 20 концертных программах в год
2. подготовка не менее двух сольных номеров
3. участие в конкурсах и фестивалях

Работа с занимающимися должна достичь уровня профессиональной подготовки и создать условия для поступления 2-3 выпускников в Московское эстрадно-цирковое училище.

Программа предусматривает изучение теоретического материала, проведение тренировочных, репетиционных занятий, постановочную работу, участие в программах, концертах, конкурсах и фестивалях.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 10-15 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. В младшей группе первой ступени обучения длительность беседы может быть увеличена на 20-30 минут. Темы бесед разнообразны: «Цирковое искусство», «Современные цирковые программы», чтение журнала «Эстрада и цирк».

На занятиях широко используются наглядные пособия, схемы, видеоматериалы.

Для эмоционального подъёма используются игры, эстафеты, танцевальные комбинации с использованием предметов цирковых номеров: мячи, булавы, кольца и т.д.

В программе занятий используются переменной интенсивности тренировочные нагрузки - чередование упражнений, дающих то большую, то малую, то умеренную нагрузку.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1-й год обучения

п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Общая и специальная физическая подготовка	20	5	15
3	Гигиенические основы занятий	5	5	-
4	Влияние физических упражнений на организм	5	5	
5	Акробатика	25	-	25
6	Гимнастика	25	-	25
7	Хореография	20	-	20
8	Беседы об искусстве	12	12	-
9	Репетиционная работа	40	-	40
10	Промежуточная аттестация обучающихся	2	-	2
Итого:		144 часа	28	116

Содержание 1 года обучения

1. Вводное занятие

Теоретические занятия:

Знакомство с образовательной программой. Инструктаж техники безопасности при работе с цирковым реквизитом. Санитарно-гигиенические правила и требования.

2. Общая и специальная физическая подготовка

Теоретические занятия:

Терминология

Практические занятия:

Строевые упражнения: построения, выравнивания. Ходьба на месте и в

движении в колонне по одному и парами под музыку. Переход с шага на бег и обратно. Упражнение для плечевого пояса и рук, ног, туловища. Упражнения на пружинность. Прыжки, повороты, бег.

3. Гигиенические основы занятий

Теоретические занятия:

Этот раздел предусматривает изучение теоретического материала в форме бесед, инструкций. Во время беседы используются наглядные пособия. Гигиена занятий, одежда и обувь. Утренняя гимнастика. Медицинский контроль.

4. Влияние физических упражнений на организм

Теоретические занятия:

Беседы о всесторонней физической подготовке, воспитание культуры движений, укрепление здоровья и закаливание, влияние занятий на рост и физическое развитие занимающихся.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5-минутных бесед, которые проводятся в начале занятий. В конце занятий рекомендуется специальная литература для самостоятельного изучения.

5. Акробатика

Практические занятия:

1. кувырок,
2. кульбит (вперед и назад),
3. колесо (в две стороны),
4. перекаты назад и вперёд (в группировке),
5. «мост» и положения, лёжа на спине и наклоном назад (девочки), подъём разгибом на две и одну ногу (мальчики),
6. «полушпагаты», и
7. «шпагаты»,
8. растягивание,
9. подтягивание,
10. подкачка пресса,
11. разгибы с головы (копшпрунг),
12. перевороты с разбега на две и одну ногу,
13. рандат с разбега,
14. рандат сальто,
15. рандат фляк.

6. Гимнастика

Практические занятия:

1. упражнение на расслабление;
2. упражнение на пружинность;

3. равновесия;
4. повороты (180°, 360°, 540°, 720°);
5. прыжки, бег «волны»;
6. различные виды взмахов руками и ногами с постепенным нарастанием амплитуды движения.
7. «Аттитюд»,
8. упражнения для рук,
9. подтягивание на кольцах,
10. подтягивание на трапеции,
11. подъём силы на кольцах (штиц),
12. силовые элементы на кольцах,
13. задний и передний планш «флажок»,
14. соскоки с размахом,
15. разножка,
16. переднее сальто
17. заднее сальто.

7.Хореография

Практические занятия:

1. Хореографические упражнения (позиции ног I, II, III, полуприседание во II, I позициях).
2. Глубокое приседание по II, I и III позициям.
4. Стойка на одном носке, сгибая свободную ногу вперед, в сторону, назад. Прыжки из II, III позиций.
5. Наклоны с прямой спиной, держась руками за рейку, танцевальные шаги и элементы народного танца, мягкий шаг с носка вперед, в сторону, назад. Приставной шаг вперед, в сторону, назад. Переменный шаг. Совершенствование навыков и выполнение ранее изученных упражнений.

8.Беседы об искусстве

Теоретические занятия:

1. Ознакомление учащихся с искусством цирка.
2. Известные артисты.
3. Просмотр фотоальбомов, журналов и видеокассет с цирковыми исполнителями. Анализ циркового номера, персонажи, характеристики.
4. Эскизы костюмов.

9. Репетиционная работа

Практические занятия:

1. Отработка поставленных номеров.
2. Овладение сценическим пространством.

3. Этюды.
4. Работа над деталями, отдельными сценическими элементами.
5. Работа над техникой исполнения, выразительностью, музыкальностью, актёрским мастерством.
6. Подготовка к номеру декорации, реквизита, костюмов.
7. Репетиция с готовыми элементами оформления.
8. Генеральная репетиция.

9. Промежуточная аттестация обучающихся

Практические занятия:

Промежуточная аттестация проводится два раза в год, в январе и мае, в форме концертной деятельности или открытого занятия.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2-й год обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Общая и специальная физическая подготовка	36	-	36
3	Гигиенические основы занятий	8	5	3
4	Влияние физических упражнений на организм	8	5	3
5	Акробатика	36	-	36
6	Гимнастика	36	-	36
7	Эквилибристика	36	-	36
8	Постановка номеров	15	-	15
9	Репетиционная работа	36	-	36
10	Промежуточная аттестация обучающихся	4	-	4
	Итого	216 часов	13	203

Содержание 2 год обучения

1. Вводное занятие

Теоретические занятия:

Знакомство с образовательной программой. Инструктаж техники безопасности при работе с цирковым реквизитом. Санитарно-гигиенические правила и требования.

2.Общая и специальная физическая подготовка

Теоретические занятия:

1. Строевые упражнения: построения, выравнивания.
2. Ходьба на месте и в движении в колонне по одному и парами под музыку.
3. Переход с шага на бег и обратно.
4. Упражнение для плечевого пояса и рук, ног, туловища.
5. Упражнения на пружинность.
6. Прыжки, повороты, бег.

3. Гигиенические основы занятий

Теоретические занятия:

Этот раздел предусматривает изучение теоретического материала в форме бесед, инструкций. Во время беседы используются наглядные пособия. Гигиена занятий, одежда и обувь. Утренняя гимнастика. Медицинский контроль.

4.Влияние физических упражнений на организм

Теоретические занятия:

Беседы о всесторонней физической подготовке, воспитание культуры движений, укрепление здоровья и закаливание, влияние занятий на рост и физическое развитие занимающихся.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5-минутных бесед, которые проводятся в начале занятий. В конце занятий рекомендуется специальная литература для самостоятельного изучения.

5.Акробатика

Практические занятия:

1. кувырок,
2. кульбит (вперед и назад),
3. колесо (в две стороны),
4. перекаты назад и вперёд (в группировке),
5. «мост» и положения, лёжа на спине и наклоном назад (девочки), подъём разгибом на две и одну ногу (мальчики)
6. «полушпагаты», и
7. «шпагаты»,
8. растягивание,
9. подтягивание,
10. подкачка пресса,
11. разгибы с головы (копшпрунг),

12. перевороты с разбега на две и одну ногу,
13. рандат с разбега,
14. рандат сальто,
15. рандат фляк.

6. Гимнастика

Практические занятия:

1. Упражнение на расслабление,
2. Упражнение на пружинность.
3. Равновесия.
4. Повороты (180°, 360°, 540°, 720°).
5. Прыжки, бег «волны».
6. Различные виды взмахов руками и ногами с постепенным нарастанием амплитуды движения.
7. «Аттитюд».
8. Упражнения для рук.
9. Подтягивание на кольцах,
10. Подтягивание на трапеции.
11. Подъём силы на кольцах (штиц),
12. силовые элементы на кольцах,
13. задний и передний планш «флажок».
14. Соскоки с размахом,
15. Разножка,
16. Переднее сальто
17. Заднее платя.

7. Эквилибристика

Практические занятия:

1. Знакомство с жанром эквилибра.
2. Техника исполнения элементов.
3. Приёмы страховки, меры предупреждения травм.
4. Растягивание, стойки на руках, на голове.
5. «Ласточки».
6. Стойки на стоялках.
7. Балансы предметов на лбу (шест, кинжалы, свечи).

8. Постановка номеров

Практические занятия:

1. Предварительный анализ номера.
2. Ознакомление с композицией, музыкой, реквизитом.
3. Изучение характера номера, выразительных средств.
4. Создание единой художественной композиции.

5. Общение и взаимодействие в номере.
6. Разучивание элементов номера, комбинации, связки.
7. Постановочная работа над номером осуществляется с учётом возрастных, физических и психологических особенностей воспитанников.

9. Репетиционная работа

Практические занятия:

1. Отработка поставленных номеров.
2. Овладение сценическим пространством.
3. Этюды.
4. Работа над деталями, отдельными сценическими элементами.
5. Работа над техникой исполнения, выразительностью, музыкальностью, актёрским мастерством.
6. Подготовка к номеру декорации, реквизита, костюмов.
7. Репетиция с готовыми элементами оформления.
8. Генеральная репетиция.

10. Промежуточная аттестация обучающихся

Практические занятия:

Промежуточная аттестация проводится два раза в год, в январе и мае, в форме концертной деятельности или открытого занятия.

Учебно - тематический план 3-й год обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Общая и специальная физическая подготовка	5	-	5
3	Гигиенические основы занятий	2	2	-
4	Акробатика	36	-	36
5	Гимнастика	53	-	53
6	Хореография	30	-	30
7	Жонглирование	36	5	31
8	Эквилибристика	30	5	25
9	Постановка номеров	30	-	30
10	Репетиционная работа	40	-	40

11	Грим	20	5	15
12	Инвентарь и уход за ним	3	3	-
13	Промежуточная аттестация обучающихся	2	-	2
	Итого:	288	21	267

Содержание 3 год обучения

1. Вводное занятие

Теоретические занятия:

Знакомство с образовательной программой. Инструктаж техники безопасности при работе с цирковым реквизитом. Санитарно-гигиенические правила и требования.

2. Общая и специальная физическая подготовка

Практические занятия:

Строевые упражнения: построения, выравнивания. Ходьба на месте и в движении в колонне по одному и парами под музыку. Переход с шага на бег и обратно. Упражнение для плечевого пояса и рук, ног, туловища. Упражнения на пружинность. Прыжки, повороты, бег.

3. Гигиенические основы занятий

Теоретические занятия:

Этот раздел предусматривает изучение теоретического материала в форме бесед, инструкций. Во время беседы используются наглядные пособия. Гигиена занятий, одежда и обувь. Утренняя гимнастика. Медицинский контроль.

4. Акробатика

Практические занятия:

1. кувырок,
2. кульбит (вперед и назад),
3. колесо (в две стороны),
4. перекаты назад и вперёд (в группировке),
5. «мост» и положения, лёжа на спине и наклоном назад (девочки), подъём разгибом на две и одну ногу (мальчики),
6. «полушпагаты», и
7. «шпагаты»,
8. растягивание,
9. подтягивание,
10. подкачка пресса,
11. разгибы с головы (копшпрунг),
12. перевороты с разбега на две и одну ногу,
13. рандат с разбега,

14. рандат сальто,
15. рандат фляк.

5. Гимнастика

Практические занятия:

1. Упражнение на расслабление,
2. Упражнение на пружинность.
3. Равновесия.
4. Повороты (180°, 360°, 540°, 720°).
5. Прыжки, бег «волны».
6. Различные виды взмахов руками и ногами с постеленным нарастанием амплитуды движения.
7. «Аттитюд».
8. Упражнения для рук.
9. Подтягивание на кольцах,
10. Подтягивание на трапеции.
11. Подъём силы на кольцах (штиц),
12. силовые элементы на кольцах,
13. задний и передний планш «флажок».
14. Соскоки с размахом,
15. Разножка,
16. Переднее сальто
17. Заднее платя.

6. Хореография

Практические занятия:

1. Хореографические упражнения (позиции ног I, II, III, полуприседание во II, I и III позициях).
2. Выставление ноги на носок вперёд, в сторону, назад из I и III позиций, тоже с полуприседанием.
3. Поднимание ноги вперёд в сторону, назад на 45, 90 и 110°.
4. Выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад из I, II и III позиций.
5. Глубокое приседание по II, I и III позициям.
6. Стойка на одном носке, сгибая свободную ногу вперед, в сторону, назад.
7. Прыжки из II, III позиций.
8. Наклоны с прямой спиной, держась руками за рейку, танцевальные шаги и элементы народного танца, мягкий шаг с носка вперед, в сторону, назад.
9. Приставной шаг вперед, в сторону, назад.
10. Переменный шаг.
11. Совершенствование навыков и выполнение ранее изученных упражнений.

7.Жонглирование

Теоретические занятия:

Ознакомление с предметами: шарики, кольцо, булавы, кубики.

Практические занятия:

- 1.Начать обучение с одного предмета из одной руки в другую, затем добавить два предмета одновременно, затем три.
- 2.Различные варианты с кольцами.
- 3.Обороты предметов от одного до трех.
- 4.Перекидка предметов от одного другому (от двух до шести предметов).
- 5.Антипод - жонглирование ногами.
- 6.Икарыйские игры - жонглирование участниками меньшего веса.
- 7.Игра с кубиками.

8.Эквилибристика

Практические занятия:

1. Знакомство с жанром эквилибра.
2. Техника исполнения элементов.
3. Приёмы страховки, меры предупреждения травм.
4. Растягивание, стойки на руках, на голове.
5. «Ласточки».
6. Стойки на стоялках.
7. Балансы предметов на лбу (шест, кинжалы, свечи).

9.Постановка номеров

Практические занятия:

1. Предварительный анализ номера.
2. Ознакомление с композицией, музыкой, реквизитом.
3. Изучение характера номера, выразительных средств.
4. Создание единой художественной композиции.
5. Общение и взаимодействие в номере.
6. Разучивание элементов номера, комбинации, связки.
7. Постановочная работа над номером осуществляется с учётом возрастных, физических и психологических особенностей воспитанников.

10. Репетиционная работа

Практические занятия:

1. Отработка поставленных номеров.
2. Овладение сценическим пространством.
3. Этюды.
4. Работа над деталями, отдельными сценическими элементами.
5. Работа над техникой исполнения, выразительностью, музыкальностью, актёрским мастерством.

6. Подготовка к номеру декорации, реквизита, костюмов.
7. Репетиция с готовыми элементами оформления.
8. Генеральная репетиция.

11.Грим

Теоретические занятия:

1. Значение грима.
2. Гигиена гримирования.
3. Основные этапы и порядок гримирования.

Практические занятия:

Изучение методики гримирования молодого лица, лица клоуна.

12.Инвентарь и уход за ним

Теоретические занятия:

Умение вовремя заметить и исправить неисправность инвентаря (цирковой реквизит).

13.Промежуточная аттестация

Практические занятия:

Промежуточная аттестация проводится два раза в год, в январе и мае, в форме концертной деятельности или открытого занятия.

Учебно - тематический план

4-й год обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Общая и специальная физическая подготовка	5	-	5
3	Акробатика	69	-	69
4	Гимнастика	64	-	64
5	Хореография	20	-	20
6	Жонглирование	25	-	25
7	Эквилибристика	30	-	30
8	Постановочная работа	30	-	30
9	Репетиционная работа	63	-	63
10	Грим	10	5	5
11	Концертная деятельность	5	2	3

12	Промежуточная аттестация обучающихся	2	-	2
	Итого:	324	8	316

Содержание 4 года обучения

1. Вводное занятие

Теоретические занятия:

Знакомство с образовательной программой. Инструктаж техники безопасности при работе с цирковым реквизитом. Санитарно-гигиенические правила и требования.

2. Общая и специальная физическая подготовка

Практические занятия:

Строевые упражнения: построения, выравнивания. Ходьба на месте и в движении в колонне по одному и парами под музыку. Переход с шага на бег и обратно. Упражнение для плечевого пояса и рук, ног, туловища. Упражнения на пружинность. Прыжки, повороты, бег.

3. Акробатика

Практические занятия:

1. кувырок,
2. кульбит (вперед и назад),
3. колесо (в две стороны),
4. перекаты назад и вперёд (в группировке),
5. «мост» и положения, лёжа на спине и наклоном назад (девочки), подъём разгибом на две и одну ногу (мальчики),
6. «полушпагаты», и
7. «шпагаты»,
8. растягивание,
9. подтягивание,
10. подкачка пресса,
11. разгибы с головы (копшпрунг),
12. перевороты с разбега на две и одну ногу,
13. рандат с разбега,
14. рандат сальто,
15. рандат фляк.

4. Гимнастика

Практические занятия:

1. Упражнение на расслабление,
2. Упражнение на пружинность.
3. Равновесия.
4. Повороты (180°, 360°, 540°, 720°).
5. Прыжки, бег «волны».
6. Различные виды взмахов руками и ногами с постепенным нарастанием амплитуды движения.
7. «Аттитюд».
8. Упражнения для рук.
9. Подтягивание на кольцах,
10. Подтягивание на трапеции.
11. Подъём силы на кольцах (штиц),
12. силовые элементы на кольцах,
13. задний и передний планш «флажок».
14. Соскоки с размахом,
15. Разножка,
16. Переднее сальто
17. Заднее платя.

5.Хореография

Практические занятия:

1. Demi-plié по I, II, V выворотным позициям (позициях).
2. Battement tendu, в сторону, назад из I и III позиций, тоже с полуприседанием.
3. Battement tendu jete:вперёд в сторону,
4. Выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад из I, II и III позиций.
5. Grand-plié по II, I и III позициям.
6. Стойка на одном носке, сгибая свободную ногу вперед, в сторону, назад.
7. Прыжки из II, III позиций.
8. Наклоны с прямой спиной, держась руками за рейку, танцевальные шаги и элементы народного танца, мягкий шаг с носка вперед, в сторону, назад.
9. Приставной шаг вперед, в сторону, назад.
10. Переменный шаг.
11. Совершенствование навыков и выполнение ранее изученных упражнений.

6.Жонглирование

Теоретические занятия:

Ознакомление с предметами: шарики, кольцо, булавы, кубики.

Практические занятия:

1. Начать обучение с одного предмета из одной руки в другую, затем добавить два предмета одновременно, затем три.
2. Различные варианты с кольцами.
3. Обороты предметов от одного до трех.

- 4.Перекидка предметов от одного другому (от двух до шести предметов).
- 5.Антипод - жонглирование ногами.
- 6.Икарыйские игры - жонглирование участниками меньшего веса.
- 7.Игра с кубиками.

7.Эквилибристика

Практические занятия:

- 1.Знакомство с жанром эквилибра.
- 2.Техника исполнения элементов.
- 3.Приёмы страховки, меры предупреждения травм.
- 4.Растягивание, стойки на руках, на голове.
- 5.«Ласточки».
- 6.Стойки на стоялках.
- 7.Балансы предметов на лбу (шест, кинжалы, свечи).

8.Постановочная работа

Практические занятия:

- 1.Предварительный анализ номера.
- 2.Ознакомление с композицией, музыкой, реквизитом.
- 3.Изучение характера номера, выразительных средств.
- 4.Создание единой художественной композиции.
- 5.Общение и взаимодействие в номере.
- 6.Разучивание элементов номера, комбинации, связки.
- 7.Постановочная работа над номером осуществляется с учётом возрастных, физических и психологических особенностей воспитанников.

9.Репетиционная работа

Практические занятия:

- 1.Отработка поставленных номеров.
- 2.Овладение сценическим пространством.
- 3.Этюды.
- 4.Работа над деталями, отдельными сценическими элементами.
- 5.Работа над техникой исполнения, выразительностью, музыкальностью, актёрским мастерством.
- 6.Подготовка к номеру декорации, реквизита, костюмов.
- 7.Репетиция с готовыми элементами оформления.
- 8.Генеральная репетиция.

10.Грим

Теоретические занятия:

- 1.Значение грима.
- 2.Гигиена гримирования.

3. Основные этапы и порядок гримирования.

Практические занятия:

Изучение методики гримирования молодого лица, лица клоуна.

11. Концертная деятельность

Теоретические занятия:

Беседы, лекции.

Практические занятия:

Подготовка и участие в мероприятиях, концертах, конкурсах, фестивалях.

10. Промежуточная аттестация обучающихся

Практические занятия:

Промежуточная аттестация проводится два раза в год, в январе и мае, в форме концертной деятельности или открытого занятия.

Учебно – тематический план 5-й год обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Общая и специальная физическая подготовка	6	-	6
3	Акробатика	60	-	60
4	Гимнастика	60	-	60
5	Жонглирование	36	-	36
6	Хореография	36	-	36
7	Эквилибристика	50	-	50
8	Постановочная работа	36	-	36
9	Репетиционная работа	36		36
10	Грим	10	5	5
11	Концерты, конкурсы, фестивали по специальному плану	27	-	27
12	Промежуточная и итоговая аттестация	2	-	2

	Итого	360	6	354
--	--------------	------------	----------	------------

Содержание 5год обучения

1.Вводное занятие

Теоретические занятия:

Знакомство с образовательной программой. Инструктаж техники безопасности при работе с цирковым реквизитом. Санитарно-гигиенические правила и требования.

2.Общая и специальная физическая подготовка

Практические занятия:

- 1.Строевые упражнения: построения, выравнивания.
- 2.Ходьба на месте и в движении в колонне по одному и парами под музыку.
- 3.Переход с шага на бег и обратно.
- 4.Упражнение для плечевого пояса и рук, ног, туловища.
- 5.Упражнения на пружинность.
- 6.Прыжки,
7. повороты,
- 8.бег.

3.Акробатика

Практические занятия:

1. кувырок,
2. кульбит (вперед и назад),
3. колесо (в две стороны),
4. перекаты назад и вперёд (в группировке),
5. «мост» и положения, лёжа на спине и наклоном назад (девочки), подъём разгибом на две и одну ногу (мальчики),
6. «полушпагаты», и
7. «шпагаты»,
8. растягивание,
9. подтягивание,
10. подкачка пресса,
11. разгибы с головы (копшпрунг),
12. перевороты с разбега на две и одну ногу,
13. рандат с разбега,
14. рандат сальто,

15. рандат фляк.

4. Гимнастика

Практические занятия:

1. упражнение на расслабление,
2. упражнение на пружинность,
3. равновесия,
4. повороты (180°, 360°, 540°, 720°),
5. прыжки, бег «волны»,
6. различные виды взмахов руками и ногами с постеленным нарастанием амплитуды движения,
7. «Аттитюд»,
8. упражнения для рук,
9. подтягивание на кольцах,
10. подтягивание на трапеции,
11. подъём силы на кольцах (штиц),
12. силовые элементы на кольцах,
13. задний и передний планш «флажок»,
14. соскоки с размахом,
15. разножка,
16. переднее сальто,
17. заднее платя.

5. Жонглирование

Теоретические занятия:

Ознакомление с предметами: шарики, кольцо, булавы, кубики.

Практические занятия:

1. Начать обучение с одного предмета из одной руки в другую, затем добавить два предмета одновременно, затем три.
2. Различные варианты с кольцами.
3. Обороты предметов от одного до трех.
4. Перекидка предметов от одного другому (от двух до шести предметов).
5. Антипод - жонглирование ногами.
6. Икарыйские игры - жонглирование участниками меньшего веса.
7. Игра с кубиками.

6. Хореография

Практические занятия:

1. Хореографические упражнения (позиции ног I, II, III, полуприседание во II, I позициях).
2. Поднимание ноги вперёд в сторону, назад на 45, 90 и 110°.
3. Выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад из I, II и III позиций.

4. Глубокое приседание по II, I и III позициям.
5. Стойка на одном носке, сгибая свободную ногу вперед, в сторону, назад.
6. Прыжки из II, III позиций.
7. Наклоны с прямой спиной, держась руками за рейку, танцевальные шаги и элементы народного танца, мягкий шаг с носка вперед, в сторону, назад.
8. Приставной шаг вперед, в сторону, назад.
9. Переменный шаг.
10. Совершенствование навыков и выполнение ранее изученных упражнений.

7. Эквилибристика

Практические занятия:

1. Знакомство с жанром эквилибра.
2. Техника исполнения элементов.
3. Приёмы страховки, меры предупреждения травм.
4. Растягивание, стойки на руках, на голове.
5. «Ласточки».
6. Стойки на стоялках.
7. Балансы предметов на лбу (шест, кинжалы, свечи).

8. Постановочная работа

Практические занятия:

1. Предварительный анализ номера.
2. Ознакомление с композицией, музыкой, реквизитом.
3. Изучение характера номера, выразительных средств.
4. Создание единой художественной композиции.
5. Общение и взаимодействие в номере.
6. Разучивание элементов номера, комбинации, связки.
7. Постановочная работа над номером осуществляется с учётом возрастных, физических и психологических особенностей воспитанников.

9. Репетиционная работа

Практические занятия:

1. Отработка поставленных номеров.
2. Овладение сценическим пространством.
3. Этюды.
4. Работа над деталями, отдельными сценическими элементами.
5. Работа над техникой исполнения, выразительностью, музыкальностью, актёрским мастерством.
6. Подготовка к номеру декорации, реквизита, костюмов.
7. Репетиция с готовыми элементами оформления.
8. Генеральная репетиция.

10.Грим

Теоретические занятия:

- 1.Значение грима.
- 2.Гигиена гримирования.
- 3.Основные этапы и порядок гримирования.

Практические занятия:

Изучение методики гримирования молодого лица, лица клоуна.

11.Участие обучающихся в концертах, конкурсах, фестивалях

Практические занятия:

Участие обучающихся в концертных программах ОЦДОД им. Ю. А. Гагарина, концертах города и области.

12.Промежуточная и итоговая аттестация

Практические занятия:

Промежуточная аттестация проводится в январе, в форме открытого занятия. Итоговая аттестация проводится в конце курса образовательной программы (май), в форме отчетного концерта.

Материально-техническое оснащение

Для занятий по программе требуется актовый зал для концертных выступлений, спортивный школьный зал для тренировок,
реквизит на каждый цирковой жанр:

- мячи, кольца, булавы
- катушка
- хула-хупы
- трости
- большая скакалка

спортивный инвентарь:

- мячи, гимнастические палки и скакалки на каждого обучающегося
- перекладины для подтягивания
- спортивные маты для акробатики
- акробатическая дорожка
- зеркала

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагогов:

1. Александровская М.В. Тренинг актерской психотехники. - Екатеринбург, 1992
2. Андерсон Боб «Растяжка для поддержания гибкости мышц и суставов» Москва, 2007
3. Бардиан Ф. Цирк на пяти континентах. «Искусство» М. 1987
4. Баринов В.А. «Конфликт в цирке» МГУКИ, 2009
5. Баринов В.А. «Художественно - образная структура циркового искусства» МГУКИ, 2005
6. Бауман Н. Э. «Искусство жонглирования», Москва ГУЦЭИ. 2001
7. Березнёва Д.С. Энциклопедия фокусов. «Парадокс» г. Минск. 1999г.
8. Богословский Н.С. забавно, грусно и смешно. «Эксмо» М. 2002
9. Гурович А.Б. На арене и вокруг нее. «Искусство» М. 1990
10. Иванов И.П. Педагогика коллективной творческой деятельности. Псков. 1998
11. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в УДО «Акробатика» «Владос» М. 2003
12. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М., Тандем, 1998
13. Кроповницкий О.В. «Психология подростка. Тренинг личностного роста» - М. Искусство, 2001
14. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие. - Ярославль, Академия развития, 1996

15. Литвинец П.Б. А. И. Темкин. Сценический грим и парик. - М.. Искусство, 1955
16. Макарова Г.А. «Спортивная медицина» - М. Искусство, 2003
17. Никулин Ю.В. Мир цирка. «Кладезь» М. 1995
18. Никулин Ю.В. Почти серьезно. «Терра» М. 1994
19. Привес М.Г. «Нормальная анатомия человека» Санкт-Петербург, 2005
20. Сыромятникова И.С. Технология грима. Практическое пособие. - М., Высшая школа, 1991
21. Ткаченко Б.И. «Нормальная физиология человека» Санкт-Петербург, 2004
22. Шмайлов М.Г. «Мастерство актера» методическая разработка. – Л., ЛПИТМИК, 1990

Литература для детей:

1. Баринов А. В. «Эквилибристика», М.: ГУЦЭИ. 1992
2. Баринов В.А. «Цирк в эмоциях» ЛКИ,2010
3. Ежи Гротовский «От Бедного Театра к Искусству-Проводнику» - М., «АРТ»,2003
4. Иванова О.А., Дикаревич Л.М. Аэробика плюс сила и гибкость: физкультура для всех // Здоровье. № 1. С. 42–43. 1993
5. Макарав С.М. «Шаманы, масоны, цирк. Сакральные истории циркового искусства» МГУКИ,2009
6. Макаров В.А. «Театрализация цирка» Лаброком, 2012
7. Никулин Ю.В. Мир цирка. «Кладезь» М. 1995
8. Питер Брук «Пустое пространство», «Секретов нет» - М., «А.Р.Т.», 2002
9. Станиславский К.С. «Работа актера над собой», Чехов М.А. «О технике актера» - М, «АРТ», 2001
10. Товстоногов Г.А. Зеркало сцены. Т. 1-2. – Л., 1980
11. Успенский В. Очарованные цирком. «Скандинавил» СПб. 1995