



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеский творческий центр «Васильевский остров»
Санкт-Петербурга**

Принята
на педагогическом совете
протокол №3
от 11 июня 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом №35 от 11 июня 2025 г.
Директор ГБУ ДО ДЮТЦ «В.О.»
Н.М. Чуклина/_____/

**Чуклина Нина
Михайловна**

Подписано цифровой
подписью: Чуклина Нина
Михайловна
Дата: 2025.09.15 14:04:03
+03'00'

Дополнительная общеразвивающая программа

«Цирковая хореография»

Срок освоения: 4 года
Возраст обучающихся: 7-18 лет

Разработчики: **Ларин Михаил Викторович,**
педагог дополнительного образования
Тарасова Анастасия Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительна общеразвивающая программа «**Цирковая хореография**» имеет **физкультурно-спортивную направленность** и предназначена для разностороннего развития детей, желающих обучаться цирковому искусству.

Цирковое искусство – одно из древнейших. Невозможно представить себе артиста цирка, не владеющего своим телом, и не имеющим чувства ритма. Здесь на помощь приходит хореография, которая не только выполняет вспомогательную функцию развития опорно-двигательного аппарата, но и раскрывает удивительный мир танца. Занимаясь хореографией, учащиеся формируют правильную и красивую осанку, познают красоту и силу своего тела. При постоянном занятии хореографией развивается устойчивость корпуса, координация движений, гибкость и пластика, что является необходимым в цирковом искусстве. Знания, усвоенные на занятиях хореографией, помогут воплотить в высокохудожественный номер все свои навыки на ранней стадии обучения.

Хореография (гр. choreia пляска, grapho пишу) – искусство танца. Занимаясь хореографией, учащиеся формируют правильную и красивую осанку, познают красоту и силу своего тела. При постоянном занятии хореографией развивается устойчивость корпуса, координация движений, гибкость и пластика, что является необходимым в цирковом искусстве.

Стретчинг - разогревающие упражнения направлены на приведение мышц в тонус, на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов. Они тренируют мышцы, активизируют их работу, развивают быстроту, четкость, амплитуду движений, помогают осознать направление и форму движений.

Сценическое движение – это тренировочная дисциплина, позволяющая учащемуся открыть и развить его двигательные способности, научить тело реактивности, выносливости, пластичности и выразительности.

Актерское мастерство – это умение создать образ – тип, характер, воплощаемый учащимся средствами циркового искусства, результат осмысления определенного явления действительности. Постановочная деятельность подразумевает под собой создание номера – отдельного законченного выступления, исполняемого в цирковой программе одним или несколькими учениками.

Работа с цирковым реквизитом – включает в себя выполнение упражнений с гимнастическими лентами, крутку хула-хуппов под музыку. Это укрепляет мышцы, улучшает гибкость и уровень концентрации, поднимает настроение. Во время крутки хула-хапов участвуют все мышцы тела. Реквизит является неотъемлемой частью циркового искусства.

Концертная деятельность подразумевает под собой создание номера – отдельного законченного выступления, исполняемого в цирковой программе одним или несколькими учениками.

Образовательная программа направлена на вооружение воспитанников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня, художественно-эстетическая. Программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья. Особое внимание уделяется формированию правильной осанки, воспитанию и развитию основных физических качеств в процессе освоения хореографических упражнений.

Уровень освоения программы - **углублённый**, предполагающий развитие физических способностей детей, чувства ритма, пластики, гибкости, баланса, координации, мотивации к творческой деятельности, удовлетворение их познавательных интересов в области циркового искусства, формирование навыков постановки и исполнения циркового номера.

Актуальность данной программы заключается в совокупности физического, музыкально-ритмического развития, а также навыков танцевальных движений и творческого самовыражения учащихся одновременно.

Программа разработана в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБУ ДО ДЮТЦ «Васильевский остров».

Педагогическая целесообразность программы связана с направлением образовательного процесса на развитие чувства ритма учащихся, на практическое применение навыков циркового искусства и навыков в области хореографии в построении цирковых номеров, а также с обеспечением возможности концертной практики для каждого учащегося в составе циркового коллектива, что имеет большое воспитательное значение. В настоящее время появляется тенденция к повышению уровня художественного образования детей. Целью образования цирковой студии становится воспитание человека- богатого духовными интересами и запросами, способного к творческому труду в области цирковой хореографии. Творчество - актуальная потребность цирковой хореографии. Именно цирковое искусство, представляет собой синтез разных направлений деятельности: акробатическое мастерство, искусство танца и пластика тела. Важно чтобы двигательная гиперактивность была направлена не на разрушение, а на созидание и преумножение красоты окружающего мира ребенка. Захватывающая сила циркового зрелища знакома каждому с детства, вот почему детей сравнительно легко увлечь этим видом искусства.

Адресат программы: данная программа предназначена для учащихся 6 - 18 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. В объединение принимаются все желающие, независимо от гендерной принадлежности, проявляющие заинтересованность к цирковому искусству. Наличие специальной физической подготовки не требуется.

Срок освоения программы 4 года. Количество часов – **576.** По 144 на каждый год обучения.

Процесс обучения осуществляется на групповых занятиях.

Занятия проводятся 2 раза в неделю: групповые занятия - 2 раза в неделю по 2 часа из расчета 144 часа в год.

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся, допустимой нагрузки в соответствии с санитарными нормами и правилами, утвержденными СанПин 2.4.3648-20.

Цель: Развитие личности, способной к творческому самовыражению в цирковом искусстве через овладение основами хореографии.

Задачи:

Обучающие

- формирование основных знаний, умений и навыков в области хореографии;
- формирование знаний и умений в области оздоровительного стретчинга;
- обучение основам актерского мастерства и сценического движения.

Развивающие

- формирование физических качеств: координации движений, гибкости, ловкости, выносливости;
- развитие навыков пластического движения и творческого самовыражения, творческой активности;
- формирование музыкально-ритмических и пластических навыков.

Воспитательные

- формирование интереса к занятиям по хореографии;
- воспитание личностных качеств: настойчивости в достижении поставленной цели, воли, трудолюбия, уверенности в своих возможностях;
 - воспитание ценностного отношения к красоте, любви к искусству и творчеству;
 - воспитание доброжелательности, уважительного отношения друг к другу, чувства товарищества;
 - воспитание интереса к здоровому образу жизни.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы – русский.

Форма реализации – очная.

Принимаются все желающие, имеющие медицинскую справку, свидетельствующую о том, что ребёнок физически здоров. Набор детей в группу 1-го года обучения осуществляется на основании результатов входной диагностики физических способностей (просмотр) и предварительного индивидуального собеседования с целью ознакомления с интересами и потребностями детей, выявления мотивов их выбора и характера заинтересованности в занятиях.

Перевод на следующий год обучения производится при условии прохождения промежуточной аттестации.

Наполняемость учебных групп:

1 год обучения – 15 чел.

2 год обучения – 12 чел.

3 год обучения – 10чел.

4 год обучения – 10 чел.

Особенности организации образовательного процесса

Основу студии «Цирковая арена» составляют спортивный зал, реквизит (мячи, обручи, скакалки большие и маленькие), дорожка, маты.

Этапы обучения:

- Знакомство с основами хореографии, хореографических направлений;
- Физическая подготовка – мышц рук, ног и спины;
- Освоение основных элементов с хула-хупами и гимнастической лентой;
- Развитие исполнительского мастерства – постановочная работа над созданием и исполнением циркового номера.

Цирковое искусство представлено в программе как взаимосвязанная работа по трем направлениям: *учебное, практическое и творческое.*

1. Учебное – это обучение простейшим элементам классической хореографии и ритмики, формирование у детей хорошей физической подготовки, музыкального слуха и чувства ритма.
2. Практическое предполагает исполнение детьми группового или сольного циркового номера с исполнением хореографических элементов, а также владение своим телом и физическими способностями в повседневной жизни.
3. Творческое – создание циркового номера в разных жанрах, разной хореографической направленности, умение перевоплощаться.

Уровень программных требований может быть уменьшен или расширен в зависимости от интересов и возможностей учащихся.

Принципы реализации программы:

- принцип гармонического воспитания личности;
- принцип постепенности и последовательности, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения здоровья ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности - природосообразности ребёнка;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

Формы проведения занятий

Основной формой организации образовательного процесса является групповая. Программой предусмотрено использование других форм: фронтальной, коллективной. Программа подразумевает проведение открытых занятий два раза в год, участие в фестивалях и конкурсах различного уровня. Эти мероприятия являются основными способами педагогического наблюдения в целях отслеживания результативности программы. Необходимо вовлекать в процесс дополнительного образования родителей. Они на практике должны видеть, каких результатов добиваются их дети, а также приобретают знания, необходимые для развития их способностей в семье. С этой целью организуются родительские собрания, игровые программы, конкурсы, экскурсии, совместные походы в цирк.

Формы:

- беседа
- игровой тренинг
- учебное занятие
- репетиция
- практическая работа
- концерт.
- праздник.

Структура занятия.

Занятие состоит из трех частей: вводная (разминка – упражнения для укрепления всех мышц тела, для гибкости и растяжки); основная (выполнение ритмичных упражнений под музыку, изучение элементов хореографии); заключительная (закрепление изученных элементов посредством построения хореографический связок или непосредственно в работе над постановкой циркового номера).

В программе использованы различные методы работы, такие как наглядно-слуховой, наглядно-зрительный, практический. Данные методы способствуют целостному развитию учащихся, формированию у них практических умений и навыков, развитию креативности.

Для повышения общего творческого потенциала учащихся, стимулирования их деятельности важным моментом является участие в конкурсах всероссийского, районного и городского уровня, организация концертных выступлений, функционирующих в учреждениях дополнительного образования.

Кадровое и материально-техническое обеспечение программы

Кадровое обеспечение:

Педагог, владеющий следующими профессиональными и личностными качествами:

- обладает специальным образованием;
- бывший артист цирка;
- владеет навыками и приёмами организации занятий по цирковому искусству и акробатике;
- знает физиологию и психологию детского возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и преподаваемому предмету;
- умеет создать комфортные условия для успешного развития личности учащихся;
- умеет видеть и раскрывать творческие способности учащихся;
- систематически повышает уровень своего педагогического мастерства и уровень квалификации по специальности.

Техническое и материальное обеспечение:

- Наличие спортивного зала;
- Наличие гимнастических матов;
- Наличие гимнастических стенок;
- Музыкальный центр;
- Аудио и видеотека;
- Набор спортивного инвентаря: мячей, скакалок, мячей для жонглирования, обручей.

Планируемые результаты

Предметные:

- соблюдение правил по технике безопасности на занятиях и выступлениях;
- начальные знания, умения и навыки в освоении азов хореографии;
- освоены основы народного танца;
- умение работать с гимнастической лентой; крутка хула-хупа;
- сформирована правильная осанка; умение ориентироваться в пространстве;
- владение основами классического экзерсиса;
- знание специальных терминов;
- владение: основами сценического движения, элементами русского характерного танца, элементами актерского мастерства.
- владение навыками движений музыкально-ритмической и пластической координации;
- умение выполнять упражнения оздоровительного стретчинга;
- крутка хула-хупа на разных частях тела, умение продвигать хула-хуп по телу;
- владение основами знаний по сценическому движению
- освоение движений в стиле модерн джас;
- готовность к самостоятельному выбору жанра и стиля номера;
- способность создания художественного образа в цирковом номере.

Метапредметные:

- поступательное развитие подвижности и гибкости суставов, формирование правильной осанки;
- умение ориентироваться в пространстве;
- развит кругозор и творческая фантазия, умение справляться с волнением
- владение приемами музыкально-ритмической выразительности;
- способность организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе
- развитие физических качеств: координации, гибкости, выносливости;
- развитие навыков пластического движения и творческого самовыражения;
- проявление активной помощи старших участников коллектива младшим
- развитие эстетического вкуса и кругозора;
- ценностное отношение к красоте, любовь к искусству и творчеству;
- развит познавательный интерес к цирковому искусству.

Личностные:

- формирование ответственного отношения к тренировочному процессу;
- доброжелательное отношение к сверстникам; желание прийти на помощь младшим;
- формирование морально-волевых качеств: настойчивости в достижении поставленной цели, воли, трудолюбия;
- уважительное отношение к традициям коллектива;
- проявление интереса к здоровому образу жизни
- настойчивость в достижении поставленной цели, трудолюбие, уверенности в своих возможностях;
- ценностное отношение к красоте, любовь к искусству и творчеству;
- формирование инициативность, способность принимать решения в жизненно важных ситуациях;
- стремление к участию в наставничестве: бережное, доброжелательное отношение к младшим, желание поддержать, оказать помощь;
- проявление интереса к выбору профессиональной деятельности.

Воспитательные:

- морально-волевые качества: дисциплинированность, ответственность, организованность;
- владение умением вести диалог в доброжелательной и открытой форме;

- формирование понятия физической красоты с позиции укрепления и сохранения здоровья.
-

Учебный план 1-й год обучения

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Знакомство с предметом. История возникновения и развития хореографии Инструктажи по ТБ.	2	2	-	Входная диагностика. Анкетирование
2	Основы хореографии	64	2	62	Контрольные упражнения
3	Сценическое движение, актёрское мастерство	20	4	16	Контрольные упражнения Зачет.
4	Работа с хула-хупами	24	2	22	Контрольные упражнения Зачет.
5	Работа с лентой	10	2	8	Контрольные упражнения Зачет.
6	Игровой стретчинг	10		10	Контрольные упражнения Зачёт
7	Контрольные и итоговые занятия. Постановочная деятельность.	14	2	12	Праздничное мероприятие Концерт
	Итого	144	14	130	

2-й год обучения

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Знакомство с предметом. История возникновения и развития хореографии Инструктажи по ТБ.	2	2	-	Входная диагностика. Анкетирование
2	Хореография	66	2	64	Контрольные упражнения
3	Сценическое движение, актёрское мастерство	22	4	18	Контрольные упражнения Зачет.
4	Работа с хула-хупами	26	2	24	Контрольные

					упражнения Зачет.
5	Элементы русского народного танца	14	2	12	Контрольные упражнения Зачет.
6	Контрольные и итоговые занятия. Постановочная деятельность.	14	2	12	Праздничное мероприятие Концерт
	Итого	144	14	130	

3-й год обучения

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Знакомство с предметом. История возникновения и развития хореографии Инструктажи по ТБ.	2	2	-	Входная диагностика. Анкетирование
2	Хореография	30	2	62	Контрольные упражнения
3	Сценическое движение	20	4	16	Контрольные упражнения Зачет.
4	Работа с хула-хупами	32	2	22	Контрольные упражнения Зачет.
5	Русский народный танец	30	2	8	Контрольные упражнения Зачет.
6	Стретчинг	16		10	Контрольные упражнения. Зачёт
7	Контрольные и итоговые занятия. Постановочная деятельность.	14	2	12	Праздничное мероприятие Концерт
	Итого	144	14	130	

4-й год обучения

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Знакомство с предметом. История возникновения и развития хореографии Инструктажи по ТБ.	2	2	-	Входная диагностика. Анкетирование
2	Модерн джас танец	22	2	20	Контрольные

					упражнения
3	Элементы латиноамериканских танцев	20	4	16	Контрольные упражнения Зачет.
4	Элементы танца «рок-н-ролл»	12	2	10	Контрольные упражнения Зачет.
5	Работа с хула-хупами	54	2	52	Контрольные упражнения Зачет.
6	Сценическое движение, актерское мастерство	20		20	Контрольные упражнения Зачёт
7	Контрольные и итоговые занятия. Постановочная деятельность.	14	2	12	Праздничное мероприятие Концерт
	Итого	144	14	130	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2	01.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
3	01.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
4	01.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа 1-й год обучения

Особенности 1 года обучения

Этот период характеризуется формированием и развитием устойчивого интереса учащихся к цирковому искусству, к хореографии как интегрированному искусству и активной физической подготовкой их в концертной деятельности.

Учебный процесс направлен на ознакомление учащихся с элементарными хореографическими элементами, направлением классического танца, с элементарными элементами кручения хула-хупа, навыками владения гимнастической лентой, а также правилами разминки. Дети получают первоначальные представления об особенностях циркового искусства и приобретают первые навыки участия в групповых номерах.

Задачи:

Обучающие

- обучение технике безопасности на занятиях и выступлениях;
- формирование системы знаний, умений и навыков в области хореографии;
- изучение элементов русского народного танца;
- формирование музыкально-ритмических и пластических навыков;
- обучение основам сценического мастерства.

Развивающие

- развитие подвижности и гибкости суставов, формирование правильной осанки; умения ориентироваться в пространстве;
- развитие общей физической подготовки: силы, выносливости, ловкости;
- развитие чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку;
- развитие творческих и артистических способностей; развитие кругозора и художественного вкуса.

Воспитательные

- формирование ответственного отношения к тренировочному процессу;
- воспитание доброжелательного отношения к сверстникам;
- воспитание морально-волевых качеств: настойчивости в достижении поставленной цели, воли, трудолюбия, уверенности в своих возможностях;
- формирование уважительного отношения к традициям коллектива;
- формирование интереса к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты

К концу 1-го года обучения дети будут

Знать/понимать:

- правила по технике безопасности на занятиях и выступлениях;
- начальные знания, умения и навыки в освоении азов хореографии;
- основы элементов народного танца;
- важность формирования морально-волевых качеств: настойчивости в достижении поставленной цели, воли, трудолюбия
- уважительное отношение к традициям коллектива
- проявление интереса к здоровому образу жизни.
- важность здорового образа жизни.

Уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- умение ориентироваться в пространстве;
- справляться с волнением;
- ответственно относиться к тренировочному процессу;
- доброжелательно относиться к сверстникам; желание прийти на помощь младшим;

Содержание программы

1 Раздел. Вводное занятие. Знакомство с предметом.

Теория. Обзор программы, репертуара. Расписание занятий. Правила личной гигиены. Инструктаж по ТБ с учащимися. Знакомство с хореографией, ее значимостью в постановке цирковых номеров. Объяснение специальных терминов. Входная диагностика. Инструктаж по ТБ.

2 Раздел. Основы хореографии

2.1. Азбука музыкального движения

Теория- азбука музыкального движения:

Мелодия и движение.

Темп (быстро, медленно, умеренно)

Музыкальные: размеры: 2/4, 3/4, 4/4,

Контрастная музыка:

Быстрая - медленная, веселая - грустная.

Такт и затакт.

Практика: танцевально-ритмическая гимнастика.

Экзерсис на середине:

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- бег мелкий, с захлестом назад, с подниманием колена наверх;
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;
- построение в рисунки: колонна, линия, круг, диагональ.
- хороводный шаг с вытягиванием носка, приставной шаг, приставной шаг с приседанием.

2.1. Партерная гимнастика

Теория: Объяснение названий упражнений партерной гимнастики.

Практика. партерная гимнастика:

- «карандашик и утюжок» (упражнения для голеностопа);
- «бабочка» (упражнения для силы ног);
- «угольки» (упражнения для стоп);
- «черепашка» (упражнение для осанки);
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника);
- «колечко» (упражнения для позвоночника);
- «самолетики» (упражнения для мышц спины);
- «кошечка и собачка» (упражнение для спины);
- «березка» (стойка на лопатках);
- «ножницы» (упражнение для силы ног);
- «мостик» (упражнение для гибкости спины);
- «devolure» из прямого положения (упражнение для натяжения ног);

Подготовка к шпагатам (поперечный и продольный).

Махи ногами:

- махи вперед, назад и в сторону (упражнение для натяжения и силы ног);
- «relevelant» вперед, назад и в сторону (упражнение для натяжения и силы ног);
- «ножницы» (упражнение для силы ног);
- упражнение «колесо»

2.3. Прыжки и подскоки

Теория: объяснение техники безопасности и правил разминки голеностопов при прыжках

Практика:

- прыжки с одной ноги на другую;
- прыжки на правой и левой ногах, меняя ноги
- прыжки с двух ног;
- прыгать на 2-х ногах;
- в разные направления
- прыжки крестом;
- галоп;
- полька.

2.4. Вращения и шаги

Практика:

Вращения: вправо и влево, вокруг себя, по диагонали.

Базовые шаги:

- марш;
- приставные;
- с вытянутым носком;

- с пятки на носок;
- на носочках;
- на пяточках.

3 Раздел. Сценическое движение, актёрское мастерство

3.1. Психологические и телесные зажимы

Теория: освобождение от телесных зажимов – это один из путей к освобождению от зажимов психологических, «разогревающая процедура» способствует этому преодолению.

Практика:

-упражнение «разогревающие процедуры», на счет 1,2,3,4,5-напряжение, на 1,2,3,4,5-расслабление, «огонь-лед», «дерево растёт», «спагетти», «пластилиновые куклы».

3.2. Мимика

Теория: работа над мимикой лица. Эмоциональная выразительность: радость, грусть, удивление, растерянность, страх.

Практика:

- упражнения на выразительность, показать радость, грусть, удивление, растерянность, страх.

3.3. Ритм

Теория - индивидуальная работа с каждым ребенком на музыкально-ритмическую координацию, ритм - согласованные движения тела в пространстве в музыкальном сопровождении.

Практика:

- упражнения на развитие чувства ритма,
- хождения под музыку с изменением ритма до более сложных сочетаний движений и музыки.

3.4. Концентрация внимания

Теория - переключение внимания, привлечение внимания к себе и т.д. Развивается управляемое внимание, гибкое и послушное, цепкое и активное. Внимание, способное переключаться в нужный момент с одного объекта на другой.

Практика:

- игры, упражнения на развитие актерского внимания и зрительной памяти
- «Снежный ком» - знакомство друг с другом.

3.5. Командная работа

Теория Сценическое общение, взаимодействие партнеров и воздействие друг на друга.

Практика:

- упражнения для развития чувства командообразования: «Пристройки - подключение других», «Найти пару по звуку», «Зеркало», «Сиамские близнецы».

4 Раздел. Работа с хула-хупами

Теория объяснение техники выполнения элементов с хула-хупами

Практика выполнение базовых элементов с хула-хупами, обучение работы с предметом.

обучение упражнением, вертолётчик, самолётик, восьмёрки, крутка обруча на талии, на правой руке, на левой, на двух руках одновременно

5 Раздел. Работа с лентой

Теория: объяснение техники выполнения элементов с лентой.

Практика: выполнение базовых элементов с лентой, обучение элементам с гимнастической лентой: восьмерки, змейка, спиралька, круги.

6 Раздел. Игровой стретчинг

Теория: объяснение выполнения техники упражнений.

Практика: комплекс упражнений для спины, шеи, для растяжки мышц ног, складочки, шпагаты.

7 Раздел. Контрольные и итоговые занятия

Теория. Подведение итогов прошедшего года обучения. Открытое занятие, контрольные упражнения, тестирование.

Практика. Концерт: составление программы. Выбор конферансье. Приглашение гостей. Подведение итогов. Оформление зала. Концертное выступление.

Календарно-тематическое планирование

На 2023-2024 учебный год

По программе «Цирковая хореография»

Педагог

1-й год обучения, группа №

Согласовано

_____ (дата)

зав. отделом _____

№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Наименование раздела, тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие Обзор программы и репертуара. Инструктаж по ТБ.	2
2.			Основы хореографии Определение музыкальных размеров, темпа и ритма. Танцевально- ритмическая гимнастика	2
3.			Основы хореографии Танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги)	2
4.			Основы хореографии Выполнение упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты)	2
5.			Основы хореографии Выполнение упражнения на координацию движений	2
6.			Основы хореографии Выполнение упражнения на ориентацию в пространстве	2
7.			Основы хореографии Выполнение прыжков с двух ног, на одной, другой	2
8.			Основы хореографии Выполнение упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти)	2
9.			Основы хореографии Выполнение упражнения «тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа)	2
10.			Основы хореографии Отработка упражнения «тучки и солнышко»	2
11.			Основы хореографии Выполнение упражнения «карандаши» (упражнения для силы ног)	2

12.			Основы хореографии Отработка упражнения «карандаши»	2
13.			Основы хореографии Выполнение упражнения «угольки» (упражнения для стоп)	2
14.			Основы хореографии Отработка упражнения «угольки»	2
15.			Основы хореографии Выполнение упражнения «идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног)	2
16.			Основы хореографии Выполнение упражнения «корзиночка» (упражнения для позвоночника)	2
17.			Основы хореографии Отработка упражнения «корзиночка»	2
18.			Основы хореографии Выполнение упражнения «колечко» (упражнения для позвоночника)	2
19.			Основы хореографии Выполнение упражнения «самолетики» (упражнения для мышц спины)	2
20.			Основы хореографии Отработка упражнения «самолетики»	2
21.			Основы хореографии Выполнение упражнения «березка» (стойка на лопатках)	2
22.			Основы хореографии Отработка упражнения «березка»	2
23.			Основы хореографии Выполнение упражнения махи вперед, по сторонам	2
24.			Основы хореографии Выполнение упражнения «ножницы»	2
25.			Основы хореографии Танцевальные шаги с носка, с высоким подниманием колена	2
26.			Основы хореографии Бег мелкий, с захлестом назад, с подниманием колена вверх	2
27.			Основы хореографии Прыжки на одной ноге, меняя ноги, прыгать на 2-х ногах, в разные направления	2
28.			Основы хореографии Отработка прыжков	2
29.			Основы хореографии Выполнение упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти)	2
30.			Основы хореографии Выполнение упражнения для головы и	2

			шеи	
31.			Основы хореографии Выполнение упражнения на координацию движений	2
32.			Основы хореографии Выполнение упражнения на ориентацию в пространстве	2
33.			Основы хореографии Построение в рисунки: колонна, линия, круг, диагональ	2
34.			Сценическое движение, актерское мастерство Знакомство с движениями «разогревающей процедуры».	2
35.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение движений «разогревающей процедуры».	2
36.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнений «огонь-лед»	2
37.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнений «дерево растет»	2
38.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнения «спагетти»	2
39.			Сценическое движение, актерское мастерство Упражнения на эмоциональную выразительность	2
40.			Сценическое движение, актерское мастерство Упражнения на развитие чувства ритма	2
41.			Сценическое движение, актерское мастерство Отработка хождения под музыку	2
42.			Сценическое движение, актерское мастерство Теория - переключение внимания, привлечение внимания	2
43.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнения «Снежный ком»	2
44.			Работа с хула-хупами Вращение на кисти, запястьях	2
45.			Работа с хула-хупами Крутка обруча на шее	2
46.			Работа с хула-хупами	2

			Отработка крутки обруча на шее	
47.			Работа с хула-хупами Выполнение закрутки обруча по часовой стрелке.	2
48.			Работа с хула-хупами Выполнение раскрутка против часовой стрелки	2
49.			Работа с хула-хупами Вращение хула-хупа стоя на месте	2
50.			Работа с хула-хупами Бабочка, сфера с хула-хупами	2
51.			Работа с хула-хупами Вертолётник	2
52.			Работа с хула-хупами Крука обруча на кисти перед собой, вверху	2
53.			Работа с хула-хупами Крутка обруча на талии	2
54.			Работа с хула-хупами Восьмерка	2
55.			Работа с хула-хупами Подкат	2
56.			Работа с лентой Выполнение упражнения с вращением гимнастической ленты	2
57.			Работа с лентой Выполнение упражнения «змейка»	2
58.			Работа с лентой Выполнение упражнения «восьмерка»	2
59.			Работа с лентой Выполнение контрольных заданий по работе с предметами	2
60.			Работа с лентой Работа с лентой в движении	2
61.			Игровой стретчинг Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости	2
62.			Игровой стретчинг Комплексы упражнений на растяжку поясничного и грудного отдела	2
63.			Игровой стретчинг Выполнение упражнений на растяжку поперечного шпагата	2
64.			Игровой стретчинг Выполнение упражнений на растяжку правостороннего шпагата	2
65.			Игровой стретчинг Выполнение упражнений на растяжку левостороннего шпагата	2

66.			Контрольные и итоговые занятия Выполнение контрольного задания по предмету	2
67.			Постановочная деятельность Работа над концертным репертуаром	2
68.			Постановочная деятельность Подготовка к концерту: сценарий	2
69.			Постановочная деятельность Выбор участников. Подбор акробатических связок	2
70.			Постановочная деятельность Разучивание концертного номера	2
71.			Постановочная деятельность Отработка концертного номера	2
72.			Постановочная деятельность Отчетный концерт.	2
			ИТОГО	144

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты	Декабрь. Апрель

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	- Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. - Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы. - Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. - Итоги учебного года и творческие перспективы.	Сентябрь В течение года Декабрь Май
Совместные мероприятия	- Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. - Отчётные концерты - Посещение отчётного концерта ДЮТЦ.	В течение года Декабрь, Апрель Май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года в середине года в конце учебного года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые	Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей.	Октябрь

консультации	- Групповая консультация - Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. - Индивидуальные консультации по физическому развитию учащихся и результатам их обучения по программе.	Ноябрь Декабрь Февраль
--------------	--	------------------------------

2-й год обучения

Второй год обучения предполагает закрепление знаний и умений, полученных ранее, их совершенствование, дальнейшее развитие физической подготовки, чувства ритма. На занятиях учащиеся осваивают более сложные элементы хула-хупов и элементы с лентой. Особое внимание уделяется изучению элементов классического танца и русского народного танца.

Задачи:

Обучающие:

- обучение технике безопасности на занятиях и выступлениях;
- формирование системы знаний, умений и навыков в области хореографии;
- крутка хула-хупов
- формирование музыкально-ритмических и пластических навыков;
- обучение основам сценического мастерства.

Развивающие:

- развитие подвижности и гибкости суставов, формирование правильной осанки; умения ориентироваться в пространстве;
- развитие общей физической подготовки: силы, выносливости, ловкости;
- развитие чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку;
- развитие творческих и артистических способностей; развитие кругозора и художественного вкуса.

Воспитательные:

- формирование ответственного отношения к тренировочному процессу;
- воспитание доброжелательного отношения к сверстникам;
- воспитание морально-волевых качеств: настойчивости в достижении поставленной цели, воли, трудолюбия, уверенности в своих возможностях;
- формирование уважительного отношения к традициям коллектива;
- формирование интереса к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты

К концу 2-го года обучения дети будут

Знать/понимать:

- технику безопасности на занятиях и выступлениях;
- специальную терминологию
- морально-волевые качества: дисциплинированность, ответственность, организованность;
- физическую красоту с позиции укрепления и сохранения здоровья.

Уметь:

- владеть основами классического экзерсиса;
- владеть основами сценического движения, элементами русского характерного танца, элементами актерского мастерства
- владеть приемами музыкально-ритмической выразительности;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе.

- вести диалог в доброжелательной и открытой форме;

Содержание программы

• **Вводное занятие.**

Теория: Знакомство с целями и задачами 2-го года обучения. Инструктаж по ТБ.

Вводный и повторный инструктажи по ТБ: инструкции по технике безопасности на занятиях и выступлениях. Правила техники безопасности при работе с реквизитом. Правила поведения на сцене и вне её. Правила занятий стретчингом.

• **Хореография.**

2.1. Изоляции

Практика: Разминка (изоляция).

Проводится на каждом уроке в течении 15 – 20 минут стоя на середине зала.

Прыжковый разогрев всего организма.

Изоляция головы:

- наклоны вперед, назад, в стороны; круговые.

Изоляция плеч:

- подъем плеча вверх; крест, полукруг, круг.

Изоляция грудной клетки:

- движение из стороны в сторону, движение вперед – назад, полукруги, круги.

Изоляция бедер:

- движение из стороны в сторону, подъем одного бедра, shimmy (спиральное закручивание бедер), восьмерка.

Изоляция ног:

- круговые движения стоп, сокращения стоп.

2.2. Классика

Теория - объяснение классических терминов, работа в начале года лицом к палке, в конце – боком.

Практика -: экзерсис у станка:

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2,3,4;
- изучение позиций рук:
- подготовительное положение,
- demi – plie , grand – plie (деми, грандплие) по 1,2,3 позиции.
- battement tendu (батмантандю)
- battement tendu jete (батмантандюжете)
- адажио
- grand battement jete (грандбатманжете)

2.3. Русский народный танец

Теория - знакомство с русским народным танцевальным искусством, его истоки и значимость

Практика:

- тренаж из элементов народного танца;
- раскрывание и закрывание рук;
- одной руки;
- двух рук;
- поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения;
- поклоны;
- поклон с продвижением вперед и отходом назад;
- притопы: одинарные, тройные.
- простой русский народный шаг;
- назад через пальцы на всю стопу;
- с притопом и продвижением вперед;

- с притопом и продвижением назад;
- боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции;
- с притопом и продвижением вперед и назад;
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

• **Сценическое движение, актёрское мастерство**

3.1. Актёрское мастерство в цирковом номере

Теория - разъяснение принципа постановки циркового номера. Выбор художественного образа и музыкального сопровождения циркового номера. Развитие обостренного внимания, сосредоточенности, организованности, активности, фантазии и зрительной памяти.

Практика:

- игры и упражнения, развивающие воображение и фантазию;
- упражнения на достижение эмоционального раскрепощения, открытости;
- упражнения на память физических действий;
- комплекс упражнений дыхательной гимнастики;
- упражнения на освобождение мышц;
- упражнения на развитие чувства ритма.

3.2. Индивидуальный подход в выборе характера номера

Теория - разъяснение правильного поведения на сцене, артистичность, искусство выбора характера своего номера в совмещении трюковых и танцевальных элементов. Осмысливание содержания номера, отработка образа и партнерства.

Практика:

- ходьба по воображаемой сцене (осанка, выворотный шаг, шаг с носка);
- комплимент;
- продажа;
- поклон.

4. Работа с хула-хупами

Теория: объяснение выполнения крутки на разных частях тела

Практика: выполнение крутки хула-хупов на разных частях тела

5. Подведение итогов. Концертная деятельность.

Теория. Составление программы. Выбор конферансье. Приглашение гостей. Подведение итогов. Решение кроссвордов и тестов.

Практика. Открытое занятие, выполнение контрольных упражнений. Творческий отчет - оформление зала. Концертное выступление.

Календарно-тематическое планирование

На 2023 - 2024 учебный год

По программе «Цирковая хореография»

Педагог

2-й год обучения, группа №

Согласовано

(дата)

зав. отделом _____

№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Наименование раздела, тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие Обзор программы и репертуара. Инструктаж по ТБ.	2
2.			Хореография Выполнение разогревающих упражнений	2
3.			Хореография Постановка корпуса	2
4.			Хореография	2

			Изучение позиций ног, рук	
5.			Хореография Выполнение упражнений препарасьон, деми плие	2
6.			Хореография Выполнение упражнений, релеве, пор-дэ-бра	2
7.			Хореография Выполнение упражнений, батэман тэндю	2
8.			Хореография Отработка упражнений, батэман тэндю	2
9.			Хореография Выполнение упражнений, Ронд де жам партэр	2
10.			Хореография Отработка упражнений, ронд де жам партэр	2
11.			Хореография Выполнение упражнений. Гран батэман жэтэ	2
12.			Хореография Отработка упражнений. Гран батэман жэтэ	2
13.			Хореография III форма port de bras как заключение комбинаций.	2
14.			Хореография Обучение Grand battements jete в больших позах	2
15.			Хореография Выполнение Grand battements jete в больших позах	2
16.			Хореография Экзерсис на середине. Battements tendus во всех направлениях в малых позах	2
17.			Хореография Отработка Battements tendus во всех направлениях в малых позах	2
18.			Хореография Обучение Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах	2
19.			Хореография Выполнение Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах	2
20.			Хореография Обучение Batternents fondu во всех направлениях носком в пол.	2
21.			Хореография Отработка Batternents fondu во всех	2

			направлениях	
22.			Хореография Обучение Battements frappe во всех направлениях носком в пол	2
23.			Хореография Отработка Battements frappe во всех направлениях	2
24.			Хореография Обучение Battetnents releve lent на 90о	2
25.			Хореография Выполнение Battetnents releve lent на 90о во всех направлениях в сочетаниях с passe.	2
26.			Хореография Обучение Battetnents developpe в сторону	2
27.			Хореография Выполнение Battetnents developpe в сторону	2
28.			Хореография Обучение Grand battements jete во всех направлениях.	2
29.			Хореография Обучение прыжка - Pas echappe.	2
30.			Хореография Отработка упражнений на растяжку	2
31.			Хореография Отработка упражнений на растяжку	2
32.			Хореография Отработка упражнений на гибкость	2
33.			Хореография Обучение упражнениям на гибкость	2
34.			Хореография Контрольное занятие «Мир танца в цирковом искусстве»	2
35.			Сценическое движение, актерское мастерство Знакомство с предметом сценическое движение	2
36.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнений на расслабление	2
37.			Сценическое движение, актерское мастерство Отработка упражнений на расслабление	2
38.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение разогревающих движений	2
39.			Сценическое движение, актерское мастерство	2

			Выполнение упражнений для головы, плеч, торса	
40.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнений для коленного сустава, голеностоп	2
41.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение движений дыхательной гимнастики	2
42.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнений дыхательной системы	2
43.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнения на гибкость (упражнения для развития пассивной и активной гибкости)	2
44.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнения для развития взрывной силы	2
45.			Сценическое движение, актерское мастерство Выполнение упражнений на развитие координации	2
46.			Работа с хула-хупами Вращение на кисти, запястьях, локтях.	2
47.			Работа с хула-хупами Крутка обруча на шее и талии	2
48.			Работа с хула-хупами Отработка крутки обруча на шее и талии	2
49.			Работа с хула-хупами Выполнение закрутки обруча по часовой стрелке	2
50.			Работа с хула-хупами Выполнение раскрутка против часовой стрелки	2
51.			Работа с хула-хупами Вращение хула-хупа стоя на месте	2
52.			Работа с хула-хупами Вращение обруча в повороте	2
53.			Работа с хула-хупами Отработка вращения обруча в повороте	2
54.			Работа с хула-хупами Продвижение хула-хупа вращением от кисти до плеча	2
55.			Работа с хула-хупами Отработка вращения с продвижением	2
56.			Работа с хула-хупами	2

			Продвижение хула-хупа вращением от плеча до кисти	
57.			Работа с хула-хупами Обучение вращения двух, трех обручей на коленях, голени, бёдрах.	2
58.			Работа с хула-хупами Продвижение хула-хупа вращением от бедра до голени	2
59.			Элементы русского народного танца Этапы развития народного танца	2
60.			Элементы русского народного танца Выполнение тренажа элементов русского танца	2
61.			Элементы русского народного танца Отработка тренажа элементов русского танца	2
62.			Элементы русского народного танца Выполнение движения «проходка»	2
63.			Элементы русского народного танца Выполнение движения «припадание»	2
64.			Элементы русского народного танца Разучивание поклонов русского танца	2
65.			Элементы русского народного танца Выполнение упражнений притопы: одинарные, тройные	2
66.			Контрольные и итоговые занятия Подбор хореографических связок	2
67.			Контрольные и итоговые занятия Композиционное построение для группового номера	2
68.			Постановочная деятельность Работа над концертным репертуаром	2
69.			Постановочная деятельность Выбор костюмов, грима	2
70.			Постановочная деятельность Разучивание концертного номера	2
71.			Постановочная деятельность Отработка концертного номера	2
72.			Постановочная деятельность Итоги года. Концерт для родителей.	2
			ИТОГО	144

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты	Декабрь. Апрель

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	- Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. - Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы. - Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. - Итоги учебного года и творческие перспективы.	Сентябрь В течение года Декабрь Май
Совместные мероприятия	- Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. - Отчётные концерты - Посещение отчётного концерта ДЮТЦ.	В течение года Декабрь, Апрель Май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года в середине года в конце учебного года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые консультации	- Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. - Групповая консультация - Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. - Индивидуальные консультации по физическому развитию.	Октябрь Ноябрь Декабрь Май

3-й год обучения

Задачи:

Обучающие:

- обучение хореографии русского танца;
- совершенствование выполнения элементов современного и характерного танца;
- знакомство с терминологией понятий и терминов, позиций рук, ног, корпуса;
- продолжение обучения сценическому движению.

Развивающие:

- развитие творческого мышления в индивидуальной и коллективной деятельности;
- развитие музыкального слуха и музыкально-ритмических навыков выразительного движения в соответствии с различным характером музыки;
- развитие художественного вкуса в процессе постановочной работы;
- развитие познавательного интереса к цирковому искусству.

Воспитательные:

- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- формирование эмоциональной, моральной и волевой сценической культуры;

- обучение приемам самостоятельной и коллективной работы;
- воспитание личностных качеств: настойчивости в достижении поставленной цели, воли, трудолюбия, уверенности в своих возможностях;
- воспитание ценностного отношения к красоте, любви к искусству и творчеству;
- воспитание нравственных качеств (чувство товарищества, доброжелательность, уважительное отношение друг к другу).

Планируемые результаты

К концу 3- года обучения учащийся будет:

Знать/ понимать:

- специальную терминологию;
- важность развития физических качеств: координации, гибкости, выносливости;
- Основы сценического движения
- Важность развития навыков пластического движения и творческого самовыражения;
- Важность проявления активной помощи старших участников коллектива младшим.
- ценностное отношение к красоте, любовь к искусству и творчеству.

Уметь:

- владеть основами знаний, умений и навыков в области хореографии;
- танцевать в русском стиле;
- владеть навыками движений музыкально-ритмической и пластической координации;
- выполнять упражнения оздоровительного стретчинга;
- Проявлять настойчивость в достижении поставленной цели, трудолюбие, уверенности в своих возможностях;

Содержание программы

1 Раздел. Вводное занятие Обзор программы.

Теория. Обзор программы, репертуара. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ.. Правила поведения на занятиях и в учреждении. Правила поведения на сцене и вне ее. Правила безопасных занятий стретчингом. Видео материал по ПДД для профилактики избежания несчастных случаев.

2 Раздел. Хореография.

2.1. Классический танец

Теория: балетная терминология объяснение и показ.

Практика: Экзерсис у палки.

Добавляется работа на середине зала – плие, батман - тендю, батман – жете, рон- де- жам партер, адажио, гранд батман.

2.2. Вращения и прыжки в классическом танце

Теория: объяснение терминов. Подготовка к туру, шэне по диагонали. Особое внимание на баланс и устойчивость при крутках.

Практика: экзерсис, подготовка к туру, прыжки – эшапэ, жете в шпагате, ассамбле, шэнэ по диагонали

- прыжки с обеих ног с согнутыми коленями

2.3. Русский народный танец

Теория: русский народный танец. Усложняются движения в русском народном танце. Добавляются дробные движения. Различные темпы русского танца.

Практика: дробные движения:

- бег на месте с ударом перед собой, заканчивающийся простым «ключом».
- переменный русский ход простой, с ударом о каблук.
- открывание и закрывание рук по позициям (руки держим в кулаках на поясе).
- «перекат» - боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
- «голубцы» поджатыми ногами с переходом на полупальцы.

- вращения с открытыми руками (I позиция классическая);
- бегунок по диагонали, рампе, кругу;
- прыжки с поджатыми ногами в повороте, на подскоках

Для мальчиков.

- присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги в сторону.
- хлопки и хлопучки; удары руками по голени спереди и сзади с продвижениями, скользящие удары по подошве спереди, крест-накрест.

3 Раздел. Стретчинг.

3.1. Растяжка на шведской стенке

Теория: Разогревающие упражнения направлены на приведение мышц в тонус, на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов. Они тренируют мышцы, активизируют их работу, развивают быстроту, чёткость, амплитуду движений, помогают осознать направление и форму движений.

Практика:

-растяжка при помощи «шведской стенки»

комплексы разогревающих упражнений:

- наклоны и повороты головы,
- круговые движения плечами,
- упражнения для кистей рук, предплечья, круговое вращение рук,
- упражнения для ступней, коленей, тазобедренных суставов,
- наклоны и скручивания корпуса.

полушпагате: вперёд между ног, к каждой ноге по очереди. Упражнения из положения на коленях с упором на руки: прогибы корпуса; батбодно вращение головы (тренинг освобождения мышц шеи), вращение плечами (тренинг овладения мышцами плечевого пояса): протманы назад.

• Работа с хула-хупами

Теория: объяснение крутки хула-хупов

Практика: выполнение сложных элементов с хула-хупами

• Сценическое движение.

5.1. Ритмика

Теория - развитие музыкального слуха, умения работать в ритме, темпе и характере музыкального произведения

Практика

- прослушивание и определение характера музыкального произведения,
- движения в ритме музыки,
- работа с размерами 2/4, 3/4, 4/4, 6/8.

5.2. Управление вниманием

Теория - переключение внимания, привлечение внимания к себе и т.д. Развивается управляемое внимание, гибкое и послушное, цепкое и активное. Внимание, способное переключаться в нужный момент с одного объекта на другой. Сценическое общение, взаимодействие партнеров и воздействие друг на друга.

Практика:

- упражнения на развитие актерского внимания и зрительной памяти, знакомство друг с другом;
- «Геометрические фигуры» (коллективное построение фигур, проведение игры);
- игры, упражнения на развитие фантазии и воображения

5.3. Командная работа

Теория- взаимодействие с партнерами при участии в групповом номере, общение со зрительской аудиторией.

Практика

- упражнения для развития чувства командообразования:
- «Пристройки - подключение других»,

- «Найти пару по звуку»,
- «Зеркало»,
- «Сиамские близнецы».

5.4. Пластика

Теория - объяснение использования пластической выразительности в номере. Тренировка корпуса, рук и ног. Мимика лица.

Практика.

- упражнения, развивающие выразительную пластику и пантомиму,
- упражнения на достижение эмоционального раскрепощения, открытости.
- комплекс упражнений дыхательной гимнастики,
- комплекс упражнений, разогревающих мышцы и суставы,
- упражнения на освобождение мышц.

6. Подведение итогов. Концертная деятельность

Теория. Составление программы. Выбор конферансье. Приглашение гостей. Подведение итогов. Решение кроссвордов и тестов.

Практика. Открытое занятие, выполнение контрольных упражнений. Творческий отчет оформление зала. Концертное выступление.

Календарно-тематическое планирование

На 2023 - 2024 учебный год

По программе «Цирковая хореография»

Педагог

3-й год обучения, группа №

Согласовано

(дата)

зав. отделом _____

№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Наименование раздела, тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие Обзор программы и репертуара. Инструктаж по ТБ.	2
2.			Хореография Выполнение упражнений - экзерсис у палки.	2
3.			Хореография Отработка упражнений -экзерсис у палки	2
4.			Хореография Экзерсис на середине	2
5.			Хореография Отработка упражнений на середине	2
6.			Хореография Обучение прыжков ассамбле, эшапэ	2
7.			Хореография Выполнение прыжков ассамбле, эшапэ	2
8.			Хореография Отработка прыжков ассамбле,эшапе	2
9.			Хореография Подготовка к туру	2
10.			Хореография Отработка подготовительного упражнения к туру	2
11.			Хореография	2

			Обучение шэнэ по диагонали	
12.			Хореография Отработка шенэ по диагонали	2
13.			Хореография Прыжки ассамбле	2
14.			Хореография Прыжки жетэ	2
15.			Хореография Отработка прыжков классического танца	2
16.			Хореография Разучивание поклонов	2
17.			Сценическое движение Выполнение движений в разных ритмах музыки	2
18.			Сценическое движение Сценическое общение	2
19.			Сценическое движение Выполнение упражнений на развитие актерского внимания	2
20.			Сценическое движение Выполнение игры «Геометрические фигуры»	2
21.			Сценическое движение Выполнение упражнения на развитие фантазии	2
22.			Сценическое движение Теория-взаимодействие с партнерами	2
23.			Сценическое движение Выполнение упражнения «Найти пару по звуку»	2
24.			Сценическое движение Выполнение упражнения «Зеркало»	2
25.			Сценическое движение Выполнение упражнения «Сиамские близнецы»	2
26.			Сценическое движение Упражнения, развивающие пластику	2
27.			Работа с хула-хупами Вращения на коленях, голени, бёдрах, одной ноге, в «ласточке».	2
28.			Работа с хула-хупами Отработка вращения на коленях	2
29.			Работа с хула-хупами Закрутка по часовой стрелке на коленях, бёдрах, голени	2
30.			Работа с хула-хупами Отработка закрутки по часовой стрелке	2
31.			Работа с хула-хупами Раскрутка против часовой стрелки на коленях, бёдрах, голени	2

32.			Работа с хула-хупами Отработка раскрутки против часовой стрелки	2
33.			Работа с хула-хупами Ходьба и вращение на коленях, бёдрах, голени.	2
34.			Работа с хула-хупами Отработка ходьбы и вращении на коленях	2
35.			Работа с хула-хупами Продвижение с хула-хупом вращением от голени до бедра	2
36.			Работа с хула-хупами Отработка продвижения с вращением хула-хупа от голени до бедра	2
37.			Работа с хула-хупами Продвижение хула-хупа с вращением от бедра до голени.	2
38.			Работа с хула-хупами Отработка продвижения с вращение от бедра до голени	2
39.			Работа с хула-хупами Вращение хула-хупа на стопе сидя, лёжа	2
40.			Работа с хула-хупами Закрутка по часовой стрелке.	2
41.			Работа с хула-хупами Обучение крутке двух-трех хула-хупов	2
42.			Работа с хула-хупами Раскрутка против часовой стрелки.	2
43.			Русский народный танец Выполнение вращений русского танца	2
44.			Русский народный танец Отработка вращений русского танца	2
45.			Русский народный танец Выполнение переменного хода с ударом о каблук	2
46.			Русский народный танец Отработка переменного хода с ударом	2
47.			Русский народный танец Упражнения на открывание и закрывание рук ,вращения	2
48.			Русский народный танец Отработка вращения	2
49.			Русский народный танец Выполнение упражнения «перекат»	2
50.			Русский народный танец Отработка упражнения «перекат»	2
51.			Русский народный танец Выполнение упражнения «голубцы»	2
52.			Русский народный танец	2

			Отработка упражнения «голубцы»	
53.			Русский народный танец Выполнение прыжков с поджатыми ногами в повороте	2
54.			Русский народный танец Отработка прыжков с поджатыми ногами	2
55.			Русский народный танец Выполнение упражнений «присядка», «хлопки и хлопушки»	2
56.			Русский народный танец Отработка упражнений «присядка», «хлопки и хлопушки»	2
57.			Русский народный танец Вращения в русском плане	2
58.			Стретчинг Комплексы разогревающих упражнений	2
59.			Стретчинг Упражнения для головы, плеч, кистей рук	2
60.			Стретчинг Упражнения для ступней, коленей, тазобедренных суставов	2
61.			Стретчинг Упражнения на растяжку шпагатов	2
62.			Стретчинг Упражнения для поперечного шпагата	2
63.			Стретчинг Упражнения для правостороннего шпагата	2
64.			Стретчинг Упражнения для левостороннего шпагата	2
65.			Стретчинг Разработка гибкости позвоночника	2
66.			Контрольные и итоговые занятия Зачет по народному танцу, этюды	2
67.			Контрольные и итоговые занятия Зачет по стретчингу и хореографии	2
68.			Постановочная деятельность Подготовка к концерту: сценарий, выбор участников	2
69.			Постановочная деятельность Выбор костюмов, грима, реквизита	2
70.			Постановочная деятельность Отработка концертного номера	2
71.			Постановочная деятельность Генеральная репетиция в костюмах на сцене	2
72.			Постановочная деятельность	2

			Отчетный концерт.	
			ИТОГО	144

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты	Декабрь. Апрель

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	- Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. - Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы. - Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. - Итоги учебного года и творческие перспективы.	Сентябрь В течение года Декабрь Май
Совместные мероприятия	- Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. - Отчётные концерты - Посещение отчётного концерта ДЮТЦ.	В течение года Декабрь, Апрель Май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года в середине года в конце учебного года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые консультации	- Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. - Групповая консультация - Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. - Индивидуальные консультации по развитию физических способностей - Индивидуальные консультации о физическом образовании.	Октябрь Ноябрь Декабрь Февраль Май

4-й год обучения

Задачи:
Обучающие:

- обучение технике безопасности на занятиях и выступлениях;
- обучение выполнению элементов латиноамериканских танцев;
- Обучению модерну; рок-и-роллу;
- обучение технике безопасности (пассировке) на занятиях и выступлениях;
- формирование готовности к самостоятельному выбору жанра и стиля номера;
- обучение умению создавать художественный образ в цирковом номере.

Развивающие:

- развитие эстетического вкуса и кругозора;
- развитие ценностного отношения к красоте, любовь к искусству и творчеству;
- развитие творческого мышления в индивидуальной и коллективной деятельности;
- развитие познавательного интереса к цирковому искусству.
- развитие навыков пластического движения и творческое самовыражения в собственных номерах;

Воспитательные:

- воспитание активной жизненной позиции;
- воспитание морально-волевых и коммуникативных качеств;
- воспитание наставничества в коллективе (передача опыта старших младшим);
- привитие интереса к выбору профессиональной деятельности.
- формирование потребности в здоровом образе жизни.

Планируемые результаты

К концу 1-го года обучения дети будут

Знать/понимать:

- правила техники безопасности на занятиях и выступлениях;
- ценностное отношение к красоте, любовь к искусству и творчеству;
- особенности пластического движения и тонкости творческого самовыражения в собственных номерах
- важность инициативности, способности принимать решения в жизненно важных ситуациях;
- важность наставничества: бережное, доброжелательное отношение к младшим, желание поддержать, оказать помощь;

Уметь:

- танцевать модерн;
- владеть базовыми элементами латиноамериканских танцев;
- владеть элементами рок-и-ролла;
- проявлять инициативу в самостоятельном выборе жанра и стиля номера;
- создавать художественного образа в цирковом номере.
- следовать правилам здорового образа жизни.

Содержание обучения

1 Раздел. Вводное занятие

Теория: Объяснение и использование знаний правил техники безопасности на занятиях и концертных мероприятиях. Применение полученных знаний и навыков в практической работе при исполнении циркового номера.

Современный танец как своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Инструктаж по ТБ. Правила поведения на занятиях и в учреждении. Правила поведения на сцене и вне ее. Видео материал по ПДД для профилактики избегания несчастных случаев.

2 Раздел. Танцевальные направления

2.1. Джаз-модерн

Теория: объяснение техники выполнения упражнений

Практика: выполнение упражнений, импровизация

2.2. Элементы латиноамериканских танцев (ча-ча-ча, самба)

Теория: Латиноамериканская программа включает пять основных стилей танцев: самба, румба, ча-ча-ча, пасодобль и джайв. Освоение базовых элементов – первый этап на пути к овладению каждым направлением

Практика: «Самба»

Основные движения самбы:

-ход – вынос свободной ноги назад или в сторону и переступание. Вес частично переносится на вынесенную ногу, но тут же возвращается на опорную. Различают боковой и стационарный самба-ход.

- самба-баунс – пружинящее движение в ногах в синкопированном ритме самбы. Происходит отрыв каблука опорной ноги от пола. Бедра тем временем плавно двигаются назад-вперед.

-самба-виск – шаг в сторону, затем перекрестный шаг ногой за ногу и переступание на месте с соблюдением ритма и выполнением самба-баунс.

2.3. Элементы танца «рок-н-ролл»

Теория: «Рок-н-ролл» (в переводе означает «кручусь-верчусь»)

Рок-н-ролл – это парный танец. Основные движения. Танцевальные комбинации или импровизация: лирического и динамического характера. Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

Практика:

- для партнера стоя прямо, сделать небольшой шаг назад с левой ноги. При этом позиция должна оставаться открытой, лицо смотрит по диагонали. Перенести вес тела на правую ногу, поставить ее параллельно левой, лицо повернуть к стене. Скрестить согнутую в колене левую ногу точно на уровне колена против линии танца, затем вернуть левую ногу в исходное положение, став при этом лицом к стене;

- поднять и согнуть в колене правую ногу, скрестить ее на уровне колена по диагонали к стене. Затем вернуть ногу в исходное положение. Эти движения можно повторять бесчисленное количество раз, пока длится музыка. В это время партнерша должна делать те же движения в зеркальном отображении.

3 Раздел. Сценическое движение, актёрское мастерство

3.1. Темпо-ритм

Теория: развитие музыкального слуха, умения работать в ритме, темпе и характере музыкального произведения

Практика:

- прослушивание и определение характера музыкального произведения,

- движения в ритме музыки,

- работа с размерами 2/4, 3/4, 4/4, 6/8.

3.2. Управление вниманием

Теория: переключение внимания, привлечение внимания к себе и т.д. Развивается управляемое внимание, гибкое и послушное, цепкое и активное. Внимание, способное переключаться в нужный момент с одного объекта на другой. Сценическое общение, взаимодействие партнеров и воздействие друг на друга.

Практика:

- упражнения на развитие актерского внимания и зрительной памяти, знакомство друг с другом;

- «Геометрические фигуры» (коллективное построение фигур, проведение игры);

- игры, упражнения на развитие фантазии и воображения

3.3. Взаимодействие с партнерами

Теория: взаимодействие с партнёрами при участии в групповом номере, общение со зрительской аудиторией.

Практика:

- упражнения для развития чувства команд образования:
- «Пристройки - подключение других»,
- «Найти пару по звуку»,
- «Зеркало»,
- «Сиамские близнецы».

3.4. Пластическая выразительность

Теория: объяснение использования пластической выразительности в номере. Тренировка корпуса, рук и ног. Мимика лица.

Практика:

- упражнения, развивающие выразительную пластику и пантомиму,
- упражнения на достижение эмоционального раскрепощения, открытости.
- комплекс упражнений дыхательной гимнастики,
- комплекс упражнений, разогревающих мышцы и суставы,
- упражнения на освобождение мышц.

4 Раздел. Работа с хула-хупами

Теория: объяснение выполнения сложных элементов с хула-хупами:

- подъем хула-хупа по телу
- вращение нескольких хула-хупов
- изоляции с хула-хупами.

Практика: выполнение сложных элементов

• Подведение итогов. Концертная деятельность

Теория Подведение итогов четвёртого года обучения. Выполнение контрольных упражнений. Творческий отчёт. Анализ изученного материала образовательной программы. Награждение лучших учеников грамотами и памятным подарками

1. Выбор циркового жанра (акробатика, гимнастика, жонглирование, оригинальный, эквилибристика и т.д).

2. Выбор исполнителей номера:

- а) год обучения участников;
- б) количество участников;
- в) уровень подготовки участников;
- г) распределение ролей для участия в номере.

3. Название номера.

4. Продолжительность номера.

5. Уровень сложности выполнения программы.

Участие в групповых номерах.

«Игра с хула-хупами», «Оригинальный».

Практика:

- разучивание новых движений номера;
- соединение движений с трюковой работой;
- отработка танцевальных комбинаций номера;
- работа над синхронностью построений и перестроений номера

По программе «Цирковая хореография»

зав. отделом _____

Педагог

4-й год обучения, группа №

№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Наименование раздела, тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие. Обзор программы и репертуара. Инструктаж по ТБ.	2
2.			Модерн-джаз танец Разогрев всех мышц, стрейч характера	2
3.			Модерн-джаз танец Отработка упражнений на разогрев всех мышц	2
4.			Модерн-джаз танец Выполнение упражнений экзерсис	2
5.			Модерн-джаз танец Выполнение наклонов и поворотов торса	2
6.			Модерн-джаз танец Обучение упражнениям волны	2
7.			Модерн-джаз танец Выполнение упражнения волны по сторонам	2
8.			Модерн-джаз танец Понятия поза коллапса, изоляция, координация	2
9.			Модерн-джаз танец Изучение позиций рук	2
10.			Модерн-джаз танец Изучение позиций ног	2
11.			Модерн-джаз танец Отработка позиций ног	2
12.			Модерн-джаз танец Отработка упражнений на изгиб позвоночника	2
13.			Элементы латиноамериканских танцев Знакомство с латиноамериканской программой	2
14.			Элементы латиноамериканских танцев Выполнение основных элементов танца «самбо»	2
15.			Элементы латиноамериканских танцев Отработка основных элементов танца «самбо»	2
16.			Элементы латиноамериканских танцев Выполнение элементов танца «румба»	2
17.			Элементы латиноамериканских	2

			танцев Отработка элементов танца «румба»	
18.			Элементы латиноамериканских танцев Повторение отработки танца «румба»	2
19.			Элементы латиноамериканских танцев Выполнение элементов танца «ча-ча» шассе вправо и влево	2
20.			Элементы латиноамериканских танцев Выполнение основных движений «ча-ча» в закрытой позиции	2
21.			Элементы латиноамериканских танцев Выполнение упражнения «ча-ча» на раскрытие вперед	2
22.			Элементы латиноамериканских танцев Выполнение вариаций «ча-ча» из сочетания фигур	2
23.			Элементы танца «рок-н-ролл» Знакомство с элементами танца «рок-н-ролл»	2
24.			Элементы танца «рок-н-ролл» Обучение основным движениям «рок-н-ролл»	2
25.			Элементы танца «рок-н-ролл» Выполнение основного движения «рок-ролл»	2
26.			Элементы танца «рок-н-ролл» Обучение движениям «рок-н-ролл» в паре	2
27.			Элементы танца «рок-н-ролл» Выполнение движений в паре	2
28.			Элементы танца «рок-н-ролл» Выполнение движений в паре	2
29.			Работа с хула-хупами Закрутка по часовой стрелке на коленях, бёдрах, голени.	2
30.			Работа с хула-хупами Отработка закрутки по часовой стрелке	2
31.			Работа с хула-хупами Раскрутка против часовой стрелки на коленях, бёдрах, голени	2
32.			Работа с хула-хупами Отработка раскрутки против часовой стрелки	2
33.			Работа с хула-хупами Ходьба и вращение на коленях, бёдрах, голени.	2
34.			Работа с хула-хупами	2

			Отработка ходьбы и вращения на коленях	
35.			Работа с хула-хупами Продвижение с хула-хупом вращением от голени до бедра	2
36.			Работа с хула-хупами Отработка продвижения с вращением хула-хупа от голени до бедра	2
37.			Работа с хула-хупами Продвижение хула-хупа с вращением от бедра до голени.	2
38.			Работа с хула-хупами Отработка продвижения с вращением от бедра до голени	2
39.			Работа с хула-хупами Вращение хула-хупа на стопе сидя, лёжа.	2
40.			Работа с хула-хупами Закрутка по часовой стрелке.	2
41.			Работа с хула-хупами Обучение крутке двух-трех хула-хупов	2
42.			Работа с хула-хупами Раскрутка против часовой стрелки.	2
43.			Работа с хула-хупами Ходьба быстрым и медленным шагом с вращением хула-хупа	2
44.			Работа с хула-хупами Отработка ходьбы с вращением быстрым ходом	2
45.			Работа с хула-хупами Раскрутка на частях тела и рук. Отработка раскрутки на частях тела	2
46.			Работа с хула-хупами Закрутка по часовой стрелке на коленях, бёдрах, голени.	2
47.			Работа с хула-хупами Отработка закрутки по часовой стрелке	2
48.			Работа с хула-хупами Раскрутка против часовой стрелки на коленях, бёдрах, голени	2
49.			Работа с хула-хупами Отработка раскрутки против часовой стрелки	2
50.			Работа с хула-хупами Ходьба и вращение на коленях, бёдрах, голени.	2
51.			Работа с хула-хупами Отработка ходьбы и вращения на коленях	2
52.			Работа с хула-хупами Продвижение с хула-хупом вращением от голени до бедра	2

53.			Работа с хула-хупами Отработка продвижения с вращением хула-хупа от голени до бедра	2
54.			Работа с хула-хупами Закрутка по часовой стрелке на коленях, бёдрах, голени.	2
55.			Работа с хула-хупами Закрутка по часовой стрелке на коленях, бёдрах, голени.	2
56.			Сценическое движение, актёрское мастерство Выполнение упражнений разогревающей процедуры	2
57.			Сценическое движение, актёрское мастерство Выполнение упражнений; растягивающих и вытягивающих	2
58.			Сценическое движение, актёрское мастерство Выполнение упражнений на развитие координации	2
59.			Сценическое движение, актёрское мастерство Выполнение упражнений на развитие прыгучести.	2
60.			Сценическое движение, актёрское мастерство Выполнение упражнений с предметом	2
61.			Сценическое движение, актёрское мастерство Комплекс общеразвивающих упражнений	2
62.			Сценическое движение, актёрское мастерство Выполнение упражнений сценической акробатики	2
63.			Сценическое движение, актёрское мастерство Выполнение упражнения по взаимодействию с партнером	2
64.			Сценическое движение, актёрское мастерство Упражнение на соединение дыхания с движением	2
65.			Сценическое движение, актёрское мастерство Основа пантомимы	2
66.			Контрольные и итоговые занятия Зачет по сценическому движению	2
67.			Контрольные и итоговые занятия Зачет по работе с хула-хупами	2
68.			Контрольные и итоговые занятия	2

			Зачет по рок-и- роллу	
69.			Постановочная деятельность Подготовка к концерту: сценарий, выбор участников	2
70.			Постановочная деятельность Разучивание концертного номера	2
71.			Постановочная деятельность Генеральная репетиция в костюмах на сцене	2
72.			Постановочная деятельность Отчетный концерт.	2
			ИТОГО	144

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты	Декабрь. Апрель

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	- Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. - Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы. - Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. - Итоги учебного года и творческие перспективы.	Сентябрь В течение года Декабрь Май
Совместные мероприятия	- Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. - Отчётные концерты - Посещение отчётного концерта ДЮТЦ.	В течение года Декабрь, Апрель Май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года в середине года в конце учебного года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые консультации	- Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. - Групповая консультация - Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. - Индивидуальные консультации по физическому развитию учащихся и результатам их	Октябрь Ноябрь Декабрь Февраль

	обучения по программе.	
--	------------------------	--

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Промежуточная аттестация:

Тестирование по разделам образовательной программы.

Текущая аттестация:

Участие в традиционных праздниках и мероприятиях коллектива.

Итоговая аттестация:

Зачётное занятие и заполнение итоговой аттестационной ведомости

Формы контроля:

тестирование

зачётное занятие

отчётный концерт

Зачётные требования:

1-й год Учащийся знает базовые термины хореографии, выполняет базовые элементы хореографии, базовые элементы с хула-хупами и гимнастической лентой.

2-й год Исполнение элементов хореографии, элементов с хула-хупами и гимнастической лентой по программе, хорошая координация движений и чувство ритма.

3-й год Учащийся выполняет элементы классического танца, русско-народного танца, знает и понимает терминологию хореографии.

4-й год Учащийся выполняет самые сложные трюки с хула-хупами и гимнастической лентой, исполняет элементы танца джаз-модерн, латиноамериканских танцев, знает и понимает терминологию хореографии в цирковом искусстве.

Показатели и критерии диагностики результативности освоения программы «Цирковая хореография»

O1, O2, O3, O4, O5 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4, P5 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4, B5 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению:

3-высокий уровень,

2-средний уровень,

1-низкий, незначительный уровень.

Показатель	Критерии		
	3	2	1
O1 Освоение знаний об исполнении техники акробатических элементов	Учащийся имеет чёткое представление о технике исполнения элементов программы	Имеет поверхностное представление о технике исполнения элементов программы	Демонстрирует слабые и не точные знания техники исполнения элементов программы
O2 Овладение	Уверенно владеет основными	Имеет недостаточно сформированные	Навыки владения основными

основными технологическими приемами с целью улучшения исполнения акробатических элементов	технологическими приемами: основами хореографии, сценического движения	навыки владения основными технологическими приемами хореографии и сценического движения	технологическими приемами не сформированы либо находятся на самом начальном этапе формирования
О3 Формирование навыка исполнять элементы цирковых жанров с общепринятыми канонами и традициями с точки зрения классического цирка	Исполняет трюки и элементы в соответствии с общепринятыми канонами и традициями классических жанров циркового искусства и хореографии в цирковом искусстве	Не всегда исполняет элементы в соответствии с общепринятыми канонами и традициями классических жанров циркового искусства и хореографии в цирковом искусстве	Иногда исполняет элементы в соответствии с общепринятыми канонами и традициями классических жанров циркового искусства и хореографии в цирковом искусстве
О4 Артистизм и эмоциональность при исполнении цирковых номеров	Артистично и эмоционально исполняет цирковые номера	Не всегда проявляет эмоциональность и артистизм	Не проявляет эмоциональность
О5 Освоение цирковых жанров	Умеет передавать совокупность жанров при постановке циркового номера, владение актерским мастерством, хореографией, акробатическими элементами и выполнением поставленного циркового жанра	Выполняет номер уверенно, выразительно, но не в полном объеме, есть не четкие выполнения акробатических элементов, хореографии и актерского мастерства	Исполнение с большим количеством недочетов: при выполнении циркового номера, акробатическим элементами, хореографии и актерского мастерства
Р1 Уровень специальной физической и технической подготовки	Имеет хорошую физическую форму, владеет техникой сценического движения и жанрами хореографии в цирковом искусстве, владеет элементами с хула-хупами и гимнастической лентой.	Не в полном объеме владеет техникой сценического движения и жанрами хореографии в цирковом искусстве, владеет элементами с хула-хупами и гимнастической лентой.	Физические данные отсутствуют, координация движений не развита, чувство баланса нет, не владеет основными элементами хореографии в цирковом искусстве и элементами с хула-хупами и гимнастической лентой.
Р2 Развитость внимания и концентрации	Точность и внимание, подкрепленные физическими данными, четкое	Точность и внимание находится на среднем уровне при выполнении	Низкий уровень и плохие физические данные, не внимательность при

	выполнение элементов хореографии и элементов с хула-хупами и гимнастической лентой.	элементов хореографии и элементов с хула-хупами и гимнастической лентой.	выполнении элементов хореографии и элементов с хула-хупами и гимнастической лентой.
Р3 Сформированность интереса к цирковому искусству	Активный интерес к хореографическим элементам и основам сценического движения, стремление к повышению развития физической подготовки, внимание и собранность при выполнении элементов на координацию, элементов хореографии и элементов с хула-хупами и гимнастической лентой.	Интерес к исполнению цирковых жанров стабилен, но исполнение самих элементов не четкое.	Не стабильный интерес к выполнению цирковых номеров, ограниченность физических возможностей, не координированные движения, отсутствие актерского мастерства
Р4 Развитие памяти при исполнении цирковых элементов, номеров	Хорошая постановочная память, учащиеся быстро запоминают постановку номера, точно выполняет элементы и трюки в цирковом номере, передает характер данной постановке через актерское мастерство	Неплохая постановочная память, учащиеся испытывают затруднения в постановке номера, допускают небольшие ошибки в исполнении элементов и трюков в цирковом номере, не уверенно передают характер данной постановке номера	Плохая постановочная память, учащиеся допускают ошибки при повторном выполнении элементов, плохо запоминают исполнение элементов и трюков в цирковом номере
Р5 Развитие самоконтроля, восприятие цирковых жанров	Умеет точно понимать специфику и направленность циркового жанра, четко выполняет элементы и трюки, соответствующие цирковому жанру	Имеет представление о специфике и направленности циркового жанра, но не всегда выполняет требования специфике выполнения циркового жанра	Плохо представляет специфику и направленность циркового жанра

В1 Понимание специфики циркового жанра	Учащиеся смотрят цирковые представления и хорошо ориентируются и знают цирковые жанры	Учащийся смотрят цирковые представления и критично относятся к несоответствию циркового жанра	Учащийся либо не смотрят цирковые представления, либо смотрят поверхностно и не понимают специфику цирка
В2 Формирование художественного кругозора, интереса к постановке цирковых номеров	Учащийся активно интересуются и предлагают свои идеи в постановке цирковых номеров, высказывают свои взгляды в режиссерской постановке номера	Демонстрирует старательность в исполнении циркового номера, но не проявляют никакой активности в постановке номера	Характер деятельности учащегося пассивный, не умение использовать личный опыт, слабое ассоциативное и образное мышление
В3 Воспитание коммуникативных умений и личные достижения.	Инициативен со всеми, указывает другим, как надо делать что-то, проявляет результаты творческого роста на уровне ДЮТЦ, района, города, страны	Не проявляет инициативу в общении, однако общителен в ответ на чужую инициативу, активно участвует в делах коллектива, намерен активный творческий рост.	Учащийся старается стоять «в сторонке», не вступает в контакт даже со сверстниками, пассивно участвует в делах коллектива, способности проявляются слабо, незначительный творческий рост;
В4 Воспитание культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;	Учащийся всерьез заинтересован в общем здоровье в целом и в физическом развитии. Проявляет интерес в изучении акробатических упражнений на разные группы мышц	Учащийся всерьез не заинтересован в общем здоровье в целом и в физическом развитии. Не проявляет интерес в изучении акробатических упражнений на разные группы мышц	Учащийся не проявляет интереса к физическим упражнениям
В5 формирование профессионального самоопределения учащихся	Цирковое искусство для учащихся является важнейшей физической потребностью. Ответственно относится к изучению сложных цирковых элементов. Рассматривают цирковое искусство как будущую	Цирковое искусство для учащихся является важнейшей физической потребностью.	Интерес учащегося сужен до посещения занятий.

	профессию		
--	-----------	--	--

Методические материалы

<u>№ п/ п</u>	<u>Перечень разделов и тем</u>	<u>Формы занятий</u>	<u>Используемые приемы и методы</u>	<u>Дидактическое и техническое оснащение</u>	<u>Форма подведения итогов и контроля</u>
Первый год обучения					
<u>1</u>	Вводное занятие. Знакомство с предметом. Инструктаж по ТБ.	Беседа, лекция.	Рассказ Беседа Активное слушание Разъяснение Поучительные истории Требование Поощрение Убеждение примером	Инструкция по ТБ. Проектор, экран. Презентация программы. Мяч для знакомства с группой.	Анкетирование Викторина
<u>2</u>	Основы хореографии	Объяснение, показ, практикум, репетиция, игра, эстафеты, разминки и комплексы упражнений, концерт	Объяснение техники выполнения, разучивание движений и хореографических комбинаций Разъяснение Поощрение	Видео материалы хореографических коллективов	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>3</u>	Элементы русского народного танца	Объяснение, показ, практикум, репетиция, игра, эстафеты, разминки и комплексы упражнений, концерт	Объяснение техники выполнения, разучивание движений и хореографических комбинаций Разъяснение Поощрение	Видео материалы хореографических коллективов	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>4</u>	Сценическое движение, актёрское мастерство	Объяснение, показ, практикум, выполнение упражнений	Объяснение техники выполнения, Разъяснение Поощрение	Аудио материал	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>5</u>	Работа с хула-хупами	Объяснение, показ, практикум,	Объяснение техники выполнения,	Аудио и видео материал, реквизит	Коллективное выступление

		выполнение упражнений	разъяснение,		
<u>6</u>	Работа с лентой	Объяснение, показ, практикум, выполнение упражнений	Объяснение техники выполнения, разъяснение	Аудио и видео материал, реквизит	Коллективное выступление
<u>7</u>	Игровой стретчинг	Объяснение, показ, выполнение упражнений	Объяснение техники выполнения, Разъяснение Поощрение	Аудио и видео материал, гимнастические коврики	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>8</u>	Подведение итогов. Концертная деятельность .	Объяснение, показ, практикум, репетиция	Объяснение Активное слушание Разъяснение	Аудио и видео материал	Коллективное выступление

Второй год обучения

<u>1.</u>	Вводное занятие. Инструктаж и по ТБ. Беседа с детьми, обзор программы.	Беседа, лекция.	Рассказ Беседа Активное слушание Разъяснение Поучительные истории Требование Поощрение Убеждение примером	Инструкция по ТБ. Проектор, экран. Презентация программы. Мяч для знакомства с группой.	Анкетирование Викторина
<u>2.</u>	Хореография	Объяснение, показ, практикум, репетиция, игра, эстафеты, разминки и комплексы упражнений, концерт	Объяснение техники выполнения, разучивание движений и хореографических комбинаций Разъяснение Поощрение	Видео материал хореографических коллективов	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>3.</u>	Элементы русского народного танца	Объяснение, показ, практикум, репетиция, игра, эстафеты, разминки и комплексы упражнений, концерт	Объяснение техники выполнения, разучивание движений и хореографических комбинаций Разъяснение Поощрение	Видео материал хореографических коллективов	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>4.</u>	Сценическое	Объяснение,	Объяснение	Аудио материал	Зачёт,

	движение, актёрское мастерство	показ, практикум, выполнение упражнений	техники выполнения, Разъяснение Поощрение		выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>5.</u>	Работа с хула-хупами	Объяснение, показ, практикум, выполнение упражнений	Объяснение техники выполнения, разъяснение,	Аудио и видео материал, реквизит	Коллективное выступление
<u>6.</u>	Подведение итогов. Концертная деятельность .	Объяснение, показ, практикум, репетиция	Объяснение Активное слушание Разъяснение	Аудио и видео материал	Коллективное выступление

Третий год обучения

<u>1.</u>	Вводное занятие Обзор программы. Инструктаж по ТБ.	Беседа, лекция.	Рассказ Беседа Активное слушание Разъяснение Поучительные истории Требование Поощрение Убеждение примером	Инструкция по ТБ. Проектор, экран. Ознакомление с программой	Анкетирование Викторина
<u>2.</u>	Хореография	Объяснение, показ, практикум, репетиция, игра, эстафеты, разминки и комплексы упражнений, концерт	Объяснение техники выполнения, разучивание движений и хореографических комбинаций Разъяснение Поощрение	Видео материал хореографических коллективов	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>3.</u>	История хореографии	Беседа, лекция	Объяснение, Разъяснение Просмотр видео материала и презентаций	Видео материал, презентации, Наглядный материал	Тестирование
<u>4.</u>	Русский народный танец	Объяснение, показ, выполнение упражнений	техники выполнения, Разъяснение Поощрение	Аудио и видео материал, гимнастические коврики	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>5.</u>	Стретчинг	Объяснение, показ, выполнение	Объяснение техники выполнения,	Аудио и видео материал, гимнастические	Зачёт, выполнение контрольных

		упражнений	Разъяснение Поощрение	коврики	заданий и упражнений.
<u>6.</u>	Сценическое движение	Объяснение, показ, практикум, выполнение упражнений	Объяснение техники выполнения, Разъяснение Поощрение	Аудио материал	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>7.</u>	Работа с хула-хупами	Объяснение, показ, практикум, выполнение упражнений с хула-хупами	Объяснение техники выполнения, разъяснение,	Аудио и видео материал, реквизит	Коллективное выступление
<u>8.</u>	Подведение итогов. Концертная деятельность	Объяснение, показ, практикум, репетиция	Объяснение Активное слушание Разъяснение	Аудио и видео материал	Коллективное выступление
Четвертый год обучения					
<u>1.</u>	Вводное занятие Обзор программы. Инструктаж по ТБ.	Беседа, лекция.	Рассказ Беседа Активное слушание Разъяснение Поучительные истории Требование Поощрение Убеждение примером	Инструкция по ТБ. Проектор, экран. Ознакомление с программой	Анкетирование Викторина
<u>2.</u>	Модерн джас танец	Объяснение, показ, практикум, выполнение упражнений	Объяснение техники выполнения, разъяснение, Отработка движений	Аудио и видео материал	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>3.</u>	Элементы латиноамериканских танцев	Объяснение, показ, практикум, выполнение танцевальных движений	Объяснение техники выполнения, разъяснение, Отработка движений	Аудио и видео материал	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>4.</u>	Элементы танца «рок-н-ролл»	Объяснение, показ, практикум, выполнение танцевальных движений	Объяснение техники выполнения, разъяснение, Отработка движений	Аудио и видео материал	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>5.</u>	Работа с хула-хупами	Объяснение, показ,	Объяснение техники	Аудио и видео материал,	Коллективное выступление

		практикум, выполнение упражнений с хула- хупами	выполнения, разъяснение.	реквизит	
<u>6.</u>	Сценическое движение, актерское мастерство	Объяснение, показ, практикум, выполнение упражнений	Объяснение техники выполнения, Разъяснение Поощрение	Аудио материал	Зачёт, выполнение контрольных заданий и упражнений.
<u>7.</u>	Подведение итогов программы. Концертная деятельность .	Объяснение, показ, практикум, репетиция	Объяснение Активное слушание Разъяснение	Аудио и видео материал	Коллективное выступление

II Воспитательный компонент

Медиаотека:

- аудио и видеозаписи концертов и праздников профессиональных коллективов
- аудио и видеозаписи концертов и праздников воспитанников студии

Программки:

- концерты и мероприятия, посещаемые воспитанниками студии
- концерты и мероприятия, в которых участвуют воспитанники студии

Материалы для родителей:

- анкеты
- памятки
- электронные презентации о деятельности коллектива

III Компонент результативности

Анкеты для обучающихся

- определение уровня самостоятельной деятельности
- методика выявления и оценки коммуникабельности и организаторских способностей
- методика определения отношения учащегося к художественно-эстетическим ценностям
- диагностика потребности в общении
- методика выявления ступеней сформированности творческих способностей
- методика для исследования ценностных (патриотических) ориентаций воспитанников подросткового возраста

Материально-техническое обеспечение

1. Спортзал для занятий
2. Реквизит: большие мячи, гимнастические маты, скакалки, обручи
3. Аудио- и видеоаппаратура
4. Аудио- и видеокассеты.
5. Компьютерная техника.

Список литературы

№ п/п	Компоненты учебно- методического комплекса	Для педагога	Для учащихся и родителей
1. Учебные и методические пособия			
1.	Информационные, справочные материалы Научная, специальная, методическая литература	1. Климов А. Основы русского народного танца – 1981 2. Кострицкая 100 уроков классического танца – Искусство, 1981 3. Барабаш Л.Н. Хореография для самых маленьких – Белый ветер, 2002 4. Зацепина К. Народно-сценический танец – М.: Искусство, 1976 5. Никитин В. Ю. Модерн-джас танец – М.: Гитис - 2000	1. Бардиан Ф. Советский цирк на пяти континентах. М.: Искусство, 1977. 2. Бекина С., Соковнина Е., Ломова Т.П. Музыка и движение – М.: Просвещение, 1984 3. Богаткова Л. И мы танцуем – М.; Детская литература, 1965 4. Дмитриев Ю. Цирк в России. - М., 1977. 5. Куксо Л. Весь вечер на манеже. - М.: Советская Россия, 1965.
2.	Интернет-ресурсы	СПб городской Дворец творчества юных информационный www.anichkov.ru Образовательный портал Санкт-Петербурга информационный www.obrazovan.ru Социальная сеть работников образования «Наша сеть» информационный www.nsportal.ru Методика преподавания. информационный, smilesb.narod.ru http:// smilesb.narod.ru Журнал «Педагогический мир» демонстрационный www.pedmir.ru http://pletalka.pedmir.ru/ Методика преподавания хореографии для детей информационный, www/meridiancentre.ru	Выступления хореографических коллективов на канале YouTube В контакте «Цирковая арена»