

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ГОРОДА РАЙЧИХИНСКА АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Муниципальное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дворец детей и юношества»
городского округа города Райчихинска**

Принята на заседании
педагогического совета
от «25» июня 2020 г.
Протокол № 5



Утверждаю
Директор МОАУДО «ДДЮ»

ФИО/ Королёва С.А.
«25» июня 2020г.
Приказ № 27 от 25 июня 2020

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности
со встроенным дистанционным модулем
для детей**

«Оригинальный жанр»

Возраст обучающихся: 10-15 лет

Срок реализации: 1 год

Форма обучения: очно-заочная

Автор-составитель программы:

ЧЕКАЛИНА

СВЕТЛАНА СЕРГЕЕВНА

Педагог дополнительного образования

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная индивидуальная программа художественной направленности со встроенным модулем дистанционного обучения «Оригинальный жанр», реализуется на базе МОАУ ДО «ДДЮ» города Райчихинска с учётом нормативно-правовой базы:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ.

2. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

4. Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Письмом Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.

Дополнительная общеразвивающая программа «Оригинальный жанр» художественной направленности включает цирковые приёмы, которые доступны и возможны в условиях сцены, спортивного зала,; по функциональному предназначению – специализированная; по форме организации – индивидуальная. Данная программа нацелена: на формирование устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности; формирование специальных знаний и практических навыков в оригинальном жанре; развитие и совершенствование творческих способностей ребёнка. В программе учитываются возрастные, физиологические и психологические особенности данного возраста. Постоянные тренировки позволяют укрепить здоровье, воспитывают волю, терпение и трудолюбие.

Актуальность программы обусловлена целью в современных условиях развития нашего общества, вырастить поколение здоровых физически, нравственно и духовно. Цирковое искусство уникально по своей природе, оно сочетает в себе множество интересных жанров: акробатика, эквилибристика, жонглирование, воздушная гимнастика, оригинальный жанр и т.д. все жанры тесно пересекаются между собой. Каждый друг друга дополняет. Возникает необходимость индивидуальной работы над отдельными жанрами, в виду того, что дополнительные общеразвивающие программы стартового и базового уровня реализуемые в МОАУ ДО ДДЮ охватывают только основные разделы такие как: акробатика, эквилибристика, жонглирование, поэтому необходимы дополнительные занятия по жанрам не входящим в основные программы.

Актуальность программы заключается в наличии встроенного модуля дистанционного обучения, который необходим, ведь данный способ обучения на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и учащимся очень актуален. Программа реализуется в очно-заочной форме использованием программ и сервисов **Google**. Это позволяет решать задачи формирования информационно-коммуникационной культуры обучающихся, развивать их творческий потенциал. Благодаря современным

информационным технологиям, обучающие могут использовать различные информационные ресурсы.

Программа «Оригинального жанра» состоит из двух разделов: 1.1. жонглирования хула-хупами; 1.2. жонглирование ковриками на антиподе. Изучение материала начинается со специальной разминки и работы с реквизитом. Программа реализует право каждого учащегося на овладение знаниями и умениями в индивидуальном темпе, объёме и сложности. Индивидуальные занятия помогают ребёнку самореализоваться, совершенствоваться и использовать свои технические навыки, сформировать комплекс навыков и умений в области сольного и коллективного участия в цирковом номере.

Встроенный дистанционный модуль включает в себя 3 содержательных блока (информационный, практический и контрольно-оценочный). Состоит из раздела «Жонглирование ковриками на антиподе».

Педагогическая целесообразность при освоении программы «Оригинального жанра» учащиеся с помощью педагога получают возможность не только распознать свой максимум физических возможностей, но и удовлетворить познавательные творческие потребности. Также обучаться по встроенному дистанционному модулю

Психологические особенности детей 10 – 15 лет

Средний школьный возраст (10-ти – 15лет) характеризуется характерными чертами подросткового возраста, наиболее сложный возраст для патриотического воспитания. В этом возрасте возникает потребность во взрослом общении, общение подростков преобразуется в самостоятельный вид деятельности, возникает потребность самоутвердиться занять достойное место в коллективе. Данная программа призвана сформировать внутреннюю культуру личности у учащихся, а также не только физическую подготовку, художественный вкус, но и чувство коллективизма и ответственности за общее дело.

Отличительные особенности программы. Большинство программ предусматривают только развитие общей физической подготовки детей, а данная программа даёт возможность овладеть элементами оригинального жанра и умением управлять и контролировать своё тело во время физических упражнений и выполнения трюков с реквизитом. Программа реализует право каждого учащегося, на совершенствование элементов оригинального жанра, используя необходимый реквизит. Развиваются важнейшие психофизические качества двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – сила, выносливость, ловкость, координация, смелость и творческая инициатива

Уровень освоения программы - специализированный, направленный на выявление и развитие способностей детей в оригинальном жанре, приобретение ими определенных знаний и умений. Программа ориентирована на развитие формирование навыков «Оригинальном жанре» на уровне практического применения.

Новизна программа помогает найти, развить и поддержать талантливых учащихся, а также создать необходимые условия для личностного развития подростков, позитивной социализации и профессионального самоопределения. Наличие встроенного дистанционного модуля – это прежде всего, необходимость внедрения новых форм обучения дополнительного образования, так как это обуславливается проблемой отсутствия у большого числа школьников возможности развивать свои увлечения, заниматься тем, что совпадает с их интересами, так как занятия, которые хотелось бы посещать, проводятся далеко от дома, либо занятия идут одновременно с занятиями в школе или в другом кружке.

Оригинальный жанр.

Оригинальный жанр в цирке – это номера, содержащие трюки, сочетающие современные достижения цирка и спорта.

Жонглирование хула- хупами. Хула – Хуп – это спортивный снаряд, имеющий кольцевидную форму

хула-хуп — одно из таких направлений в цирковом оригинальном жанре. Обучение вращению обручей на руках, ногах, теле. Занятие с хула – хупами развивают гибкость и координацию движений, укрепляются мышцы.

Жонглирование ковриками на антиподе.

Антипод-(от греческого *anti –против, podos-нога*) – жонглирование ногами.

Антиподист – это исполнитель жонглирующий ногами. Лёжа на тринке поднятыми ногами балансирует, подбрасывает и ловит или вращает различные предметы.

Формы обучения по программе: очно-заочная, индивидуальная, фронтальная (малыми группами). Состав групп: от 3 человек (оптимальный) до 5 человек (допустимый).

Формы занятий: беседы, тренировки, отчётные занятия. Для встроенного дистанционного модуля (лекции, доклады, презентации, видео и тестовые задания)

Занятия выстраиваются от простого к сложному, сначала повторяется выученные элементы, затем объяснение и изучение нового материала. Занятия встроенного дистанционного модуля начинаются с теоретического материала, затем практические задания.

Методы:

- словесный (объяснение техники выполнения элементов и инструктаж по технике безопасности при работе с реквизитом и на снарядах, лекции по темам);
- наглядный (показ упражнений педагогом, просмотр видеоматериалов, презентации);
- практический (репетиция, участие в концертных мероприятиях, а также тестовые задания);
- объяснительно-иллюстративный.

Методы тренировок могут быть следующими:

- интервальный, где чередуются работа и отдых,
- непрерывной тренировки, где упражнения выполняются одно за другим.

Этапы обучения:

Физическая подготовка – мышц рук, ног и спины;

Освоение элементов оригинального жанра (хула – хупы, жонглирование ковриками на антиподе.)

Адресат, объём и срок реализации программы. Дети в возрасте от 10 до 15 лет. Группы могут быть составлены из детей разного возраста, но одной физической подготовки.

Встроенный дистанционный модуль для детей от 10 до 15 лет.

Продолжительность образовательного процесса –1 учебный год. Является совершенствующей ступенью обучения в Цирковой студии. Программа «Оригинальный жанр» выстроена таким образом, чтобы за отведенное время можно было освоить и теоретический, и практический материал (30% теории,70%практики). Рекомендуемый срок реализации встроенного дистанционного модуля 1-ин учебный месяц.

Режим занятий: обучение проводится в очно-заочной форме

Очное обучение: 4 часа в неделю (1 академический час - 40 минут).

Периодичность и продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 1 часу

1 раз в неделю - 2 часа

Занятия проводятся в течение 32 учебных недель.

Общее количество часов в год 128 часов

Заочное обучение:

Встроенный дистанционный модуль: 4 часа в неделю (продолжительностью 30 минут)

Периодичность и продолжительность занятий: 3 раза в неделю (2 раза в неделю по 1 часу
1 раз в неделю - 2 часа)

Занятия проводятся в течение 4 учебных недель.

Общее количество часов в год: 16 часов.

1.2. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Цель программы: сформировать и развить гибкость, контролируемую реакцию, чёткую координацию движений, творческие способности, нравственно и физически здоровую личность, изучая оригинальный жанр циркового искусства. .

Целью встроенного дистанционного модуля является: внедрения в процесс обучения новейших современных информационных технологий, приобщение обучающихся к творческому подходу к процессу обучения, самостоятельной деятельности.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить основным терминам и правилам выполнения элементов оригинального жанра, работа с реквизитом (хула-хупы, коврики, мячи)
- научить владеть своим телом, чувствовать своё тело, контролировать технически правильное выполнение элементов (хула-хупы, коврики, мячи)
- изучить особенности работы на сцене.
- научить правилам техники безопасности при выполнении отдельных элементов и упражнений оригинального жанра (хула- хупы, коврики , мячи)
 - освоение способов познавательной деятельности в пространстве дистанционного образования.

Развивающие:

- развитие координации движений, реакции и точности выполнения элементов;
- развитие чувство равновесия в поворотах и кружениях;
- развитие функциональной сенсорной системы и вестибулярного аппарата, направленное на совершенствование у ребенка двигательную активность;
- развитие, скорости контролируемой реакции;
- развитие творческого потенциала детей.
- развитие у детей компетенций будущего в процессе освоения содержания образования средствами информационно-коммуникативных технологий.

Воспитательные:

- воспитывает инициативность, внимание, целеустремлённость, настойчивость, упорство, выдержку, терпение и волю.
- воспитывает чувство коллективизма и ответственности за общее дело.
- воспитывает чувство пространственной ориентации;
- формирование духовно- интеллектуальной развитой личности;
- формирование у учащихся потребности в саморазвитии.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Учебно – тематический план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего часов	Теория	Практика	
1	Введение	2	2		
1	Жонглирование хула-хупами	71			Опрос, Контрольное Занятие
	1.1. Упражнения с одним хула-хупом	18	3	15	Наблюдение
	1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	22	5	17	Наблюдение
	1.3. упражнение с тремя хула- хупами	31	7	24	Наблюдение
2	Жонглирование ковриками на антиподе в т.ч.	71	16	55	Опрос, Контрольное Занятие Общение в чате WhatsApp
	Заочное обучение https://sites.google.com/view/antipod/%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D1%8F	16	10	6	
	Очное обучение	55	6	49	
	2.1 Жонглирование одним ковриком.	28	4	24	Наблюдение
	2.2 жонглирование двумя ковриками	43	6	37	Наблюдение
	Итого	144			

Введение

Проведение инструктажа по техники безопасности при выполнении элементов с реквизитом. Знакомство с новыми терминами и объяснение техники выполнения новых элементов «оригинального жанра: жонглирование хула-хупами и ковриками на антиподе.

1. Жонглирование хула-хупами.

1.1. Упражнения с одним хула-хупом.

1.1.1. Подъём хула-хупа с пола на подколенки.

Теория: Объяснение правил техники безопасности при выполнении элементов с одним хула-хупом. Объяснение и показ педагогом подъёма Хула -хупа с пола на подколенки. Хула – хуп кладём на стопу правой ноги, левую ставим внутрь хула-хупа, правую стопу приподнимаем вместе с хула- хупом и делаем толчок хула- хупа, чтобы он закрутился на щиколотке левой ноги против часовой стрелки, затем правую стопу опускаем внутрь хула-хупа, делая круговые движения для удержания обруча на щиколотке, после правой стопой подбрасываем его на подколенки опуская ногу и продолжая вращение двумя ногам. Если учащийся левша можно выполнять вращение хула-хупа в другую сторону при этом техника выполнения не изменится.

Практика: учащиеся выполняют элементы с хула-хупом, исправляя ошибки,отрабатывая технику выполнения элемента с хула-хупом.

Форма контроля: наблюдение

1.1.2. Подъём хула-хупа с подколенок на талию.

Теория: Объяснение и показ педагогом техники выполнения элемента подъём хула-хупа с подколенок на талию. Вращение хула –хупа на подколенках , затем делаем вращательные движения бёдрами, чтобы хула-хуп начал подниматься вверх, как только

он поднялся на талию, выполняйте вращательные движения животом так, чтобы удержат хула-хуп на талии, при этом плечи и таз должны оставаться неподвижными, для левой всё тоже самое, только в другую сторону

Практика: учащиеся отрабатывают элемент, исправляем ошибки, учатся контролировать свои телодвижения, не допуская ошибок.

Форма контроля: наблюдение.

1.1.3. Подъём хула-хупа с талии на предплечья

Теория: объяснение и показ техники выполнения элемента. Закручиваем хула –хуп на талии руками, выполняйте вращательные движения животом так, чтобы удержат хула-хуп на талии, при этом плечи и таз должны оставаться неподвижными, затем руки поднимаем вверх, делаем легкий прогиб в спине выполняя «волну» пока не поднимется хула –хуп до предплечий затем стараемся удержат его в этом положении увеличивая скорость. Для левой, всё, тоже самое, только в другую сторону.

Практика: учащиеся отрабатывают технику выполнения подъёма хула-хупа с талии на предплечья, делая ошибки, стараются их исправить и наработать правильную технику выполнения элемента.

Форма контроля: наблюдение.

1.2. Упражнение двумя хула-хупами

1.2.1. Вращение двух Хула-хупов в руках «Восьмёрка» (перед собой и горизонтально)

Теория: объяснение и показ элемента « Восьмёрка» с хула – хупами. Учащиеся Руки разводят в стороны, хула-хупы держат в кистях, затем начинают правой рукой через верх заводит хулаху-хуп перед собой по траектории «восьмёрки» , вторая рука начинает движение , как только правая рука с хула-хупом опускается вниз, движения повторяются подряд без остановки.

Практика: учащиеся отрабатывают элемент «восьмёрка» сначала правой рукой, затем левой, а после соединяют одновременное вращение обеими руками. Исправляя ошибки педагог держит хула-хупы вместе с учащимся, направляя его движения по траектории «Восьмёрки».

Форма контроля: наблюдение

1.2.2. Вращение двух хула-хупов на теле (талиа и подколенки одновременно)

Теория: объяснение и показ педагогом, как технически правильно выполнить элемент, не совершая ошибок. Закручиваем хула-хуп на подколенках вращаем удерживая, затем Закручиваем хула –хуп на талии руками, выполняйте вращательные движения животом так, чтобы удержат хула-хуп на талии, при этом стараемся удержат хула-хуп на подколенках слегка их сгибая для вращения хула –хупа, вращаем два хула-хупа одновременно.

Практика: чтобы избежать ошибок, учащиеся сначала отрабатывают вращение, закручивая хула-хупы руками, после положительного результата, выполняем элемент с подъёма хула-хупов с пола на талию подколенки.

Форма контроля: наблюдение

1.2.3. Вращение двух хула-хупов (талиа и предплечья одновременно)

Теория: объяснение и показ нового элемента с двумя хула-хупами. Закручиваем руками два хула-хупа одновременно на талии выполняйте вращательные движения животом так,

чтобы удерживать оба хула-хуп на талии, затем руки поднимаем вверх, делаем легкий прогиб в спине выполняя «волну» пока не поднимется один хула –хуп до предплечья, второй удерживаем на талии, вращаем оба хула-хупа одновременно.

Практика: учащиеся перед выполнением элемента, вращают поочерёдно по одному хула-хупу на талии, после на предплечьях, чтобы не допустить ошибок при одновременном вращении двух хула-хупов.

Форма контроля: наблюдение

1.3. Упражнение с тремя хула-хупами

1.3.1. Вращение хула-хупа на подколенках и в руках.

Теория: объяснение техники выполнения элемента, и как предотвратить ошибки при выполнении элемента. Учащиеся делают подъём обруча с пола на подколенки (ранее изученный элемент) и удерживают вращая хула-хуп на подколенках, руками двумя хула-хупами одновременно выполняют «восьмёрку», при этом контролируют хула –хуп вращающийся на подколенках. Руки при выполнении «восьмёрки» необходимо держать выше, чтобы не задевать Хула-хуп на подколенках.

Практика: перед началом выполнения элемента учащиеся повторяют элемент «восьмёрка», и подъём хула-хупа с пола на подколенки, затем соединяют оба элемента и отрабатывают технику удержания трёх хула-хупов одновременно стараются не допускать столкновения хула-хупов.

Форма контроля: наблюдение

1.3.2. Вращение хула –хупов на талии и в руках

Теория: объяснение и показ педагогом нового элемента с тремя хула-хупами. Делаем подъём хула-хупа с пола на талию, в кистях закручиваем хула-хупы один вперёд, другой назад зажимаем и разжимаем кисти при вращении хула-хупов в руках, при этом удерживаем хула-хуп на талии.

Практика: учащиеся допускают ошибку, вращая хула-хупы в руках, необходимо вращать хула-хупы под небольшим углом, чтобы избежать столкновения с хула-хупом на талии.

Форма контроля: наблюдение

Форма контроля по окончанию изучения раздела: опрос и отчётное занятие.

2.1. Жонглирование ковриками на антиподе

2.1.1. Упражнение с одним ковриком на антиподе(вращение в руках с подбросом с руки в руку)

Теория: объяснение техники безопасности при выполнении элементов на снаряде (тринка) и показ видео материала о технике выполнения элемента с одним ковриком. Учащиеся закручивают коврик кистью и делают легкие круговые движения по часовой стрелке так, чтобы все углы коврика поднялись в одну плоскость и вращаем.

Практика: учащиеся перед тем, как начать выполнение элемента на тринке (реквизит антиподистов), сначала вращение отрабатывают в положении стоя, чтобы не допустить ошибок.

Форма контроля: наблюдение

2.1.2. Упражнение с одним ковриком на антипode(подбросы коврика с руки на ногу правой и левой руками)

Теория: Объяснение с показом элемента в видео материале. Исходное положение лёжа на тринке, закручиваем коврик в руке, затем делаем подброс вверх на стопу правой ноги, стопой продолжаем круговые движения, чтобы удержать коврик вращая на ноге

Практика: учащиеся отрабатывают элемент, обязательно и на правую и на левую ногу, чтобы обе ноги развивались. Элемент отрабатывается на тринке

Форма контроля: наблюдение

2.1.3. Упражнение одним ковриком на антипode (перебросы с правой на левую ногу)

Теория: объяснение и показ видео материала перед изучением элемента. Закручиваем коврик с броска с рук на ногу, вращаем, затем сгибаем колено и делаем выброс вверх, и в сторону, и ловим другой стопой, продолжая вращать, и так повторяем несколько бросков.

Практика: учащиеся выполняют элемент и на правую и на левую ногу при этом вращение коврика по часовой стрелке не меняется. Элемент отрабатывается на тринке.

Форма контроля: наблюдение

2.2.1. Упражнение с двумя ковриками на антипode(вращение ковриков на ноге и руке одновременно)

Теория: объяснение и показ видео материала по техники выполнения элемента. Учащиеся закручивают коврик кистью, делая легкие круговые движения по часовой стрелки так, чтобы все углы коврика поднялись в одну плоскость, затем делаем подброс вверх на стопу правой ноги, стопой продолжаем круговые движения, чтобы удержать коврик, вращая на ноге, после закручиваем второй коврик в руке и вращаем их одновременно.

Практика: выполняем элемент на и на правую и на левую ноги. Элементы учащиеся отрабатывают на тринке, ошибки стараемся исправлять сразу, чтобы не происходило мышечного запоминания неправильного выполнения

Форма контроля: наблюдение

2.2.2. Упражнение с двумя ковриками на антипode(вращение двух ковриков в руках и перебросы на крест)

Теория: объяснение техники выполнения элемента. Учащиеся закручивают два коврика одновременно, кистями делая легкие круговые движения по часовой стрелки так, чтобы все углы ковриков поднялись в одну плоскость и вращаем, затем делают выброс на крест, из руки в руки, подхватывая, продолжаем вращать.

Практика: отрабатывая элемент на тринке, следим за тем, чтобы они не сталкивались при броске на крест, и при приземлении не останавливались, а продолжали вращение.

Форма контроля: наблюдение

2.2.3. Упражнение с двумя ковриками на антипode(вращение ковриков на ногах одновременно)

Теория: объяснение техники выполнения элемента, Учащиеся закручивают два коврика одновременно, кистями делая легкие круговые движения по часовой стрелки так, чтобы все углы ковриков поднялись в одну плоскость и вращаем, делая бросок ковриков на стопы, подхватив, продолжают вращать

Практика: учащиеся отрабатывают четкие точные броски на стопы и обратно, при этом следим за правильностью вращения по часовой стрелке.

Форма контроля: наблюдение

2.3.1. Упражнение с тремя ковриками на антипододе(вращение двух ковриков в руках и один на ноге)

Теория: объяснение и просмотр видео материала по технике выполнения элемента. Учащиеся закручивают два коврика одновременно, кистями делая легкие круговые движения по- часовой стрелки так, чтобы все углы ковриков поднялись в одну плоскость и вращаем, затем делаем бросок с правой руки коврика на стопу правой ноги, вращая, закручиваем ещё один коврик в свободной руке, одновременно вращаем три коврика.

Практика: отрабатываем элемент, разложив его на части. Учащиеся сначала отрабатывают вращение стопой, затем руками, а после соединяем вращение одновременное.

Форма контроля: наблюдение.

2.3.2. Упражнение с тремя ковриками на антипододе(вращение двух ковриков на ногах и один в руке)

Теория: Объяснение и показ видео материала по технике выполнения элемента. Учащиеся закручивают два коврика одновременно, кистями делая легкие круговые движения по часовой стрелки так, чтобы все углы ковриков поднялись в одну плоскость и вращаем, затем делаем бросок с правой руки коврика на стопу правой ноги, вращая закручиваем ещё один коврик в свободной руке, одновременно вращаем допускают ошибку вращая коврик в другую сторону педагог исправляет ошибки

Форма контроля: наблюдение

Форма контроля по окончанию изучения раздела: опрос и отчетное занятие.

Учебно – тематический план встроенного дистанционного модуля.

<https://sites.google.com/view/antipod/%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D1%8F>

№	Наименование раздела и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего часов	Теория	Практика	
1	Раздел: Жонглирование на антипододе	16	10	6	Доклады, лекции презентации. Тестовые задания
	1.1 Искусство жонглирования	4	3	1	Лекция, Вопросы по теме, видео материал.
	1.2 Антипод – жонглирование ногами	4	3	1	Теоретический материал, презентация. Вопросы по теме, видео материал
	1.3 Популярные виды жонглирования	2	1	1	Теоретический материал, презентация. Вопросы по теме, видео материал
	1.4 Знаменитые Антиподисты	4	3	1	Теоретический материал, . Вопросы по теме, видео материал
	1.5 Закрепление материала по теме «Жонглирование на антипододе»	2		2	Итоговое задания, Видео материал

Тема: 1.1 Искусство жонглирования. (4 часа)

Теория: Лекционный материал по теме: «Искусство жонглирования»

Должен знать:

- А) Историю возникновения жанра.
- Б) Разновидности жанра жонглирования.
- В) Определение и примеры Соло жонглирования, группового жонглирования, на лошади жонглирования и на антипode.
- В) Варианты различных элементов в каждой из разновидностей жанра с примером знаменитых артистов.

Практика: После изучения лекционного материала, необходимо ответить на вопросы

Вопросы по ссылке:

1. Продолжить определение. Основа жанра жонглирования – это....?
(Ответ: умение подбрасывать ловить и балансировать)
2. Перечислите, на какие четыре разновидности делится жанр жонглирования?
(Ответ: соло жонглирование, групповое жонглирование, жонглирование на лошади, антипод.)
3. Выберите правильный ответ. Как называют артистов жонглирующих ногами?
Варианты: а) акробаты, б) гимнасты, в) ловиторы, г) ассистенты, **д) антиподисты**, е) эквилибристы.
4. Перечислите наиболее распространённый реквизит антиподиста.
(Ответ: сигары, бочонки, кубики, коврики, зонтики и т.п)
5. В каких годах появился групповой номер антиподистов?
(Варианты: **а) 40-х гг.**, б) 50-х гг, в) 70-х гг.

Форма контроля. После выполнения практического задания, отправить голосовое сообщение или скриншот с вариантами ответов на Whats App педагога.

1.2 Тема: Антипод – жонглирование ногами. (4 часа)

Теория: Изучения теоретического материала данной темы

Должен знать:

- А) Определение термина антипод.
- Б) Традиционный реквизит антиподиста. (определение и варианты изготовления реквизита)
- В) Что такое тринка?

Практика: После изучения лекционного материала, необходимо ответить на вопросы,

Вопросы по ссылке:

1. Дать определение термину антипод-это.....
Ответ:
2. Перечислить и дать определение традиционному реквизиту антиподиста
(Варианты: сигары, бочонок, зонтики, коврики, кубики и т.п)
3. Тринка –это.....?
(Ответ: а) снаряд для акробата, б) снаряд эквилибриста, в) снаряд воздушного гимнаста. г) **снаряд антиподиста**)

Форма контроля: После выполнения практического задания, отправить голосовое сообщение или скриншот с вариантами ответов на Whats App педагога.

1.3 . Тема: «Популярные виды жонглирования» (2 часа)

Теория: Изучения теоретического материала в презентации

Должен знать:

- А)Что такое контактное жонглирование?
- Б) Что такое количественное жонглирование?
- В) Что такое футбольный фристайл?

Практика: После изучения теоретического материала в презентации, необходимо ответить на вопросы,

Вопросы по ссылке:

- 1.Какие две разновидности контактного жонглирования вы знаете?
(Ответ: а) катание одного или двух мячей по рукам, голове и другим частям тела. б) вращение в ладонях от трех до восьми шаров, образуя из них пирамиды и другие фигуры.)
- 2 Перечислите реквизит применяемый при количественном жонглировании.
(Варианты: а)мячи, б)кольца, в)булавы)

3. Какой реквизит применяют в футбольном фристайле?

(Варианты: а) кольца, б) булавы, в) сигары, г) мячи .

Форма контроля: После выполнения практического задания, отправить голосовое сообщение или скриншот с вариантами ответов на Whats App педагога.

1.3. **Тема:** «Знаменитые Антиподисты Светлана Макитюк и Вячеслав Золкин».

Теория: Лекционный материал «Знаменитые антиподисты Макитюк и Золкин»

Должен знать:

- А) Знаменитый трюк Светланы Макитюк.
- Б) Артистом какого жанра был Вячеслав Золкин до антиподиста.
- В) Самый эффектный трюк в номере Макитюк и Золкина.

Практика: изучения теоретического материала и просмотра видео (необходимо ответить на вопросы,

Вопросы по ссылке:

1. Назовите знаменитый трюк Светланы Макитюк?.

(Ответ: Шаги двумя сигарами)

2. Скажите артистом какого жанра был Вячеслав Золкин до антиподиста?

(Ответ: Дрессировщиком)

3. Какой самый эффектный трюк в номере Макитюк и Золкина?

(Ответ: перебрасываются большими мячами, через напоминающую обруч ручку корзины с цветами. Корзину балансирует медведь Кеша, а медведь Малыш крутит тринку с медведем Кешой, и корзиной .

Форма контроля: После выполнения практического задания, отправить голосовое сообщение или скриншот с вариантами ответов на Whats App педагога.

1.5. Закрепление материала по теме «Жонглирование на антипode»

Теория: повторение изученного теоретического материала

Должен знать:

- Историю возникновения жанра.
- Разновидности жанра жонглирования.
- Определение и примеры Соло жонглирования, группового жонглирования, на лошади жонглирования и на антипode.
- Варианты различных элементов в каждой из разновидностей жанра с примером знаменитых артистов.
- Определение термина антипод.
- Традиционный реквизит антиподиста. (определение и варианты изготовления реквизита)
- Что такое тринка?
- Что такое контактное жонглирование?
- Что такое количественное жонглирование?
- Что такое футбольный фристайл?
- Знаменитый трюк Светланы Макитюк.
- Артистом какого жанра был Вячеслав Золкин до антиподиста.
- Самый эффектный трюк в номере Макитюк и Золкина.

Практика: итоговое задание по пройденному материалу дистанционного модуля ,

Вопросы по ссылке:

1. Какие две разновидности контактного жонглирования вы знаете?

(Ответ: а) катание одного или двух мячей по рукам, голове и другим частям тела. б) вращение в ладонях от трех до восьми шаров, образуя из них пирамиды и другие фигуры.)

2. Перечислите реквизит применяемый при количественном жонглировании.

(Варианты: а) мячи, б) кольца, в) булавы)

3. Какой реквизит применяют в футбольном фристайле?

(Варианты: а) кольца, б) булавы, в) сигары, г) мячи .

4. Дать определение термину антипод-это.....

(Ответ: один из способов жонглирования. Это жонглирование ногами).

5. Перечислить и дать определение традиционному реквизиту антиподиста

(Варианты: сигары, бочонок, зонтики, коврики, кубики и т.п)

6. Тринка –это.....?

(Ответ: а) снаряд для акробата, б) снаряд эквилибриста, в) снаряд воздушного гимнаста. г) снаряд антиподиста)

7. Продолжить определение. Основа жанра жонглирования – это....?

(Ответ: умение подбрасывать ловить и балансировать)

8. Перечислите, на какие четыре разновидности делится жанр жонглирования?

- (Ответ: соло жонглирование, групповое жонглирование, жонглирование на лошади, антипод.)
9. Выберите правильный ответ. Как называют артистов жонглирующих ногами?
 Варианты: а) акробаты, б) гимнасты, в) ловиторы, г) ассистенты, **д) антиподисты**, е) эквилибристы.
10. Перечислите наиболее распространённый реквизит антиподиста.
 (Ответ: сигары, бочонки, кубики, коврики, зонтики и т.п)
11. В каких годах появился групповой номер антиподистов?
 (Варианты: а) 40-х гг., б) 50-х гг, в) 70-х гг.
12. Назовите знаменитый трюк Светланы Макитюк?
 (Ответ: Шаги двумя сигарами)
13. Скажите артистом какого жанра был Вячеслав Золкин до антиподиста?
 (Ответ: Дрессировщиком)
14. Какой самый эффектный трюк в номере Макитюк и Золкина?
 (Ответ: перебрасываются большими мячами, через напоминающую обруч ручку корзины с цветами. Корзину балансирует медведь Кеша, а медведь Малыш крутит тринку с медведем Кешой, и корзиной .

Форма контроля: После выполнения практического задания, отправить голосовое сообщение или скриншот с вариантами ответов на Whats App педагога.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ИХ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Ожидаемый результат по образовательному компоненту программы:

- обучиться основным терминам и правилам выполнения элементов оригинального жанра, работа с реквизитом (хула-хупы, коврики)
- научиться владеть своим телом, чувствовать своё тело, контролировать технически правильное выполнение элементов (хула-хупы, коврики)
- познакомиться с особенностями работы на сцене.
- научиться правилам техники безопасности при выполнении отдельных элементов и упражнений оригинального жанра (хула- хупы, коврики)

Ожидаемый результат по развивающему компоненту программы:

- разовьют координацию движений, реакцию и точность выполнения элементов;
- разовьют чувство равновесия в поворотах и кружениях;
- разовьют функциональную сенсорную систему вестибулярного аппарата, направленную на совершенствование у ребенка двигательной активности;
- разовьют, скорость контролируемой реакции.

Ожидаемый результат по воспитательному компоненту программы:

- воспитают инициативность, внимание, целеустремлённость, настойчивость, упорство, выдержку, терпение и волю.
- воспитают чувство коллективизма и ответственности за общее дело.
- воспитают чувство пространственной ориентации;
- сформируется духовно- интеллектуальная развитая личность.

Результаты освоения программы:

личностные

- сознательная тренировочная деятельность;
- любовь к цирковому искусству;
- умение радоваться успехам других;
- желание прийти на помощь в трудную минуту;

- уважение сложившихся традиций коллектива.

предметные

- знания основных элементов оригинального жанра циркового искусства;
- знание и соблюдение техники безопасности на тренировках и выступлениях;
- правильное выполнение основных элементов жонглирования хула-хупами и ковриками на антиподе;
- развитие координации, скорости реакции, гибкости, силы, ловкости, выносливости,

метапредметные

- понимание здорового образа жизни, как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, а также как средства организации здорового образа жизни;
- ответственный подход к выполнению учебных заданий, формирование стремления к освоению новых знаний, умений и навыков;

Контроль и анализ результатов проводится после изучения каждого раздела программы в виде опроса и контрольных занятий (проверка знаний и умений по изучаемому материалу программы).

Требования к знаниям и умениям учащихся.

2. Раздел «Жонглирование хула-хупами»

Учащийся должен знать:

- название элементов с хула-хупами и технику их выполнения;
- технику безопасности при выполнении элементов с реквизитом.

Учащийся должен уметь:

- выполнять технически правильно основные элементы жонглирования с хула – хупами
- подъём хула-хупа с пола на подколенки;
- с подколенок на талию, с талии на предплечья.
- вращение двух Хула-хупов в руках «Восьмёрка»;
- вращение на талии, подколенках одновременно;
- вращение хула-хупа на подколенках и в руках;
- вращение хула – хупов на талии и в руках.

3. Раздел «Жонглирование ковриками на антиподе»

Учащийся должен знать:

- правильный заход и сход на тринку, правильное расположение ног при вращении ковриков;
- правильное выполнение основных элементов жонглирования ковриками на антиподе
- технику безопасности выполнения элементов на снаряде.

Учащийся должен уметь:

- вращение двух ковриков на ногах и один в руке
- вращение двух ковриков в руках и один на ноге
- вращение ковриков на ноге и руке одновременно
- перебросы с правой, на левую ногу
- подбросы коврика с руки на ногу правой и левой руками
- вращение в руках с подбросом с руки в руку

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВСТРОЕННОГО ДИСТАНЦИОННОГО МОДУЛЯ:

В результате внедрения дистанционных форм обучения в образовательном процессе увеличивается:

- информационная емкость занятий, глубина подачи материала без усиления нервно-психической нагрузки на детей за счет роста индивидуально-мотивационной деятельности;
- активизируется самостоятельная деятельность учащихся;
- создаются комфортные условия для углубленного изучения предметного содержания, за счет разнообразия в общении становятся более гармоничными отношения в рамках «педагог – учащийся»,
- психологическая среда – комфортная, преобладает эффективное (конструктивное) общение.

Требования к знаниям и умениям учащихся.

Раздел «Жонглирование ковриками на антиподе»

Учащийся должен знать:

- теоретический материал техники выполнения основных элементов жонглирования ковриками на антиподе
- технику безопасности выполнения элементов на снаряде.

Учащийся должен уметь:

объяснить теорию техники выполнения элементов :

- вращение двух ковриков руках
- вращение в руках с перебросом из руки в руку
- вращение одного коврика на ноге

Раздел № 2 «Комплекс организационно – педагогических условий»

2.1. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Результаты освоения Программы проверяются в течение всего учебного года в ходе педагогического наблюдения и контроля качества выполнения элементов оригинального жанра. Для контроля уровня результатов обучения проводится педагогическая диагностика усвоения учебного материала, общего развития и воспитания обучающихся.

Контроль проводится по окончании изучения каждого раздела программы в виде контрольного занятия.

В конце второго года обучения проводится аттестация в виде показа творческих композиций, постановок.

Применяются **формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

- журнал посещаемости
- фото, видеозапись;
- материал анкетирования и тестирования;
- протокол сдачи нормативов;
- отзыв родителей и детей;
- статьи в СМИ.

Применяются **формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- диагностическая карта;
- концерт;
- контрольные занятия.

При проведении занятий дистанционного модуля следует обозначить правила взаимодействия (объяснить учащимся технические особенности работы и правила обмена информацией). В процессе занятия педагогу необходимо четко давать инструкцию выполнения заданий.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ВСТРОЕННОГО ДИСТАНЦИОННОГО МОДУЛЯ

Для контроля и оценки обучения, подтверждения факта проведения занятия используются следующие способы дистанционного взаимодействия:

- регистрация обучающихся на электронном ресурсе (при возможности)
- размещение учебного материала в сети интернет
- выполнение обучающимися тестовых заданий предъявленных педагогу в электронном виде (Whats App)
- тестирование считается успешно пройденным, если обучающийся выполнил не менее 75% от общего числа заданий

2.2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Наименование темы, раздела	Предметные компетенции	
	Теория	Практика
Вводное занятие	Входная диагностика, беседа	
Жонглирование хула-хупами	Опрос (Приложение № 1)	Выполнение контрольных упражнений (Приложение №1)
Жонглирование ковриками на антиподе	Опрос (Приложение № 2)	Выполнение контрольных упражнений (Приложение №2)

Контрольные и итоговые Занятия	Тест (Приложение №3)	Открытое занятие для родителей
-----------------------------------	-------------------------	-----------------------------------

Критерии оценки достижений планируемых результатов

Освоение Программы педагог оценивает по трем уровням: высокому, среднему и низкому.

Высокий уровень освоения Программы – обучающиеся демонстрируют высокую ответственность и заинтересованность в учебной и творческой деятельности, регулярно выполняют домашние задания, отлично знают теоретические основы и великолепно владеют техническими навыками и приемами в области оригинального жанра, демонстрируют высокую динамику личностного и творческого развития, высокий уровень общей, нравственной культуры, культуры общения и поведения.

Средний уровень освоения Программы – обучающиеся демонстрируют ответственность и заинтересованность в учебной и творческой деятельности, но не регулярно выполняют домашние задания, хорошо знают теорию и владеют техническими навыками и приемами оригинального жанра, демонстрируют динамику личностного и творческого развития.

Низкий уровень освоения Программы – обучающиеся демонстрируют низкую культуру поведения и низкий уровень общей культуры, не заинтересованы в учебно-творческой деятельности, не выполняют домашние задания, плохо знают, теорию неудовлетворительно владеют техническими навыками и приемами оригинального жанра.

2.3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.3.1 Материально – техническое обеспечение

Занятия проводятся в специально оборудованном спортивном зале.

Для эффективной деятельности по программе необходимо иметь:

1. Акробатические дорожки, гимнастические ковры, спортивные маты, страховочные средства.
2. Реквизит:
 - тринка (для жонглирования ковриками)
 - для оригинального жанра – хула-хупы, коврики, т.п.;
3. Инвентарь:
 - для циркового творчества – тренажеры.
 - обручи
 - скакалки
4. Аппаратура: магнитофон, акустика, компьютер с выходом в сеть Интернет, CD, DVD – диски, USB – диск, световая аппаратура, мебель.
5. Помещение, отвечающее санитарно - гигиеническим требованиям, правилам пожарной безопасности, правилам техники безопасности.

Условия реализации дистанционного модуля

6. Каналы связь-сеть интернет
7. Компьютерное оборудование с доступом к сети интернет
8. Колонки, наушники

2.3.2. Информационное обеспечение

1. Богданов И.А. – «Постановка эстрадного номера». Санкт-Петербург, 2004г. § «Мастерство режиссера» под общей редакцией Н.А. Зверевой. – М. ГИТИС, 2002г.

2. Гуревич З.Б «О жанрах современного цирка» -М.: «Искусство», 1977г.
3. Новодворская И. Скажите, цирк — это театр? // Советская эстрада и цирк. 1985. № 4.С. 7.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. «Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие – М.: «Академия», 2008 г.
5. Шляпин Л.Ф. «Акробатика в самодеятельном коллективе», Учебно-методическое пособие – М., 1981. Все о цирках. <http://www.circusinfo.ru>
6. Учебники и методические материалы для артистов цирка - <http://www.ruscircus.ru>

Методическое обеспечение встроенного дистанционного модуля

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическое обеспечение образовательной программы

№	Перечень разделов	Форма занятий	Методические и дидактические материалы	Электронные образовательные ресурсы
1	Вводное занятие Входная аттестация	Инструктаж ТБ,	Правила ТБ на занятиях цирковым искусством (иллюстрации)	www.obrazovan.ru
2	Жонглирование Хула – хупами	Тренировка	Техника выполнения вращения хул-хупа. (иллюстрации)	Видео урок

Методическое обеспечение дистанционного модуля образовательной программы

На занятиях применяется ИКТ (информационно – коммуникационные технологии) помогающие расширить содержание изучаемого данной программы, при этом обеспечивают совершенствования методик обучения, обеспечивает эффективность проведения занятий. Развивает познавательный интерес, мотивацию обучающихся, к изучению материала, который может быть как статический, так и динамический. Повышает эффективность обучения, взаимодействие педагог-родитель, педагог - обучающийся. Использование ИКТ, позволяет достичь более быстрого включения обучаемого в учебно-познавательную деятельность.

Последовательность занятий следующая:

- **вводная часть**, в которой объясняются задачи и план занятий, активизируется внимание обучающихся;
- **Основная часть**, наиболее продолжительная. Складывается из ознакомления с предыдущим упражнением, показа, объяснения его разучивания (обычно по элементам), освоения техники, закрепления навыка и точности выполнения элемента;
- **заключительная часть**, которая состоит из упражнений на расслабление (гимнастики поз релаксации) и самомассажа.

Последовательность занятий дистанционного модуля:

- **информационная часть** - теоретический материал по разделу модуля, презентации, лекции, доклады.

- **практическая часть** - выполнение практических заданий
- **контрольно-оценочная часть** – тестовые задания.

2.5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	Сентябрь по мере комплектования групп	май	36	144	4 часа, 3 раза в неделю

Продолжительность каникул 16 недель в год.

Календарный учебный график обучения составляется ежегодно каждым педагогом индивидуально и отражается в рабочей программе.

УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ДИСТАНЦИОННОГО МОДУЛЯ

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	Ноябрь	Декабрь	4	16	4 часа, 3 раза в неделю

2.6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Бауман Н.Э. Искусство жонглирования. – М., 1962..
2. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования. - М.: ВЛАДОС, 2008.
3. Лебедева О. Е. Дополнительное образование детей. - М.: ВЛАДОС, 2000.
4. Летфуллин И. Как быстро сесть на шпагат. - Наб. Челны: ИКПИ, 1998.
5. Макаров, С. М. Театрализация цирка / С.М. Макаров. - М.: Либроком, **2015**. - 288 с.
6. Образовательный портал Санкт-Петербурга информационный www.obrazovan.ru
7. Социальная сеть работников образования «Наша сеть» информационный www.nsportal.ru
8. Обучение жонглированию хула- хупом. Базовые элементы
https://yandex.ru/video/preview?wiz_type=vital&filmId=456961149275540472&text=%D1%8D%D0%BB%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%8B%20%D1%81%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%BC%20%D0%B2%20%D1%85%D1%83%D0%B4%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B5%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE&path=wizard&parent-reqid=1596932321726813-1629111236990885461300286-production-app-host-man-web-yp-205&redircnt=1596932343.1

9.Шаина Е.Ю. Стремление к зрелищу как один из аспектов массовой культуры / Е.Ю.Шаина // Науки о культуре - шаг в XXI век: сб. материалов ежегодной конференции - семинара молодых ученых. Т.7. / отв.ред. И.М.Быховская. - М., 2007.

10. Шнеер, А. Я. Цирк. Маленькая энциклопедия / А.Я. Шнеер, Р.Е. Славский. - М.: Советская Энциклопедия, 2016. - 376 с

Конфликт в цирке., В. А. Баринов., Москва., 2009 г.

Техника безопасности в цирке: Методические рекомендации для руководителей самодеятельных цирковых коллективов / Сост. А.Ф.Ирхин. - М.: ВНИИ ТТ и МК СССР,1989 г.

Для детей

1. Аверкович Н.В., Цейтин М.И. Акробатика. В помощь начинающим. [Текст]: учебное пособие/ издательство «Физкультура и спорт». Н.В. Аверкович, М.И. Цейтин - М.: 1967

2.Баринов В.А., Цирк в эмоциях., ЛКИ 2010 г.

3.Дмитриев Ю. Цирк в России. - М., 1977.

4.Макаров. С.М., Театрализация цирка., Либроком., 2010 г.

4. Все о цирках. <http://www.circusinfo.ru>

5. Цирковая энциклопедия. <http://www.ruscircus.ru/encyc>

Словарь терминов:

1. Антипод -(от греч. *αντι* против, *πους* нога) **в цирке** жонглирование ногами, преим. ступнями ног.
2. «Ап»- (англ. **up** - вверх). Принятая **в цирке** условная команда, подаваемая одним из участников номера к выполнению или завершению упражнения или другого действия.
3. **Жанр** (от франц. *genre* – род, вид, манера) – совокупность номеров, которые при всех отличительных особенностях каждого из них характеризуются единым действенным признаком.
4. **Жонглирование** – цирковой жанр, основанный на умении подбрасывать и ловить одновременно несколько одинаковых или различных предметов
5. **Номер** - отдельное законченное выступление, исполняемое в цирковой программе одним или несколькими артистами.
6. **Образ** – тип, характер, воплощаемый артистом средствами циркового искусства, результат осмысления определённого явления действительности.
7. **ОФП (общая физическая подготовка)** – система тестов и упражнений, направленных на развитие силовых, скоростно-силовых и скоростных качеств ребёнка, а также гибкости, растяжки и координации.
8. **Разминка** – «разогревание», подготовительный комплекс физических движений перед занятием, репетицией, выступлением артиста. Разминка проводится с целью постепенной мобилизации всех функций организма для предупреждения растяжений и других травм мышц, связок и др.
9. **Техника безопасности в цирке** – технические средства и мероприятия по предупреждению несчастных случаев с артистами; один из основных разделов охраны труда, направленный на создание наиболее благоприятных производств и санитарно-гигиенических условий, а также целесообразного распорядка труда и отдыха.
10. **Трюк** – цирковое действие, одно из главных выразительных средств циркового искусства.
11. Тринка-(совр. назв. «подушка»), реквизит, приспособление для устойчивости и упора тела нижнего акробата в икарыйских играх, номерах антипода и эквилибра с ножной лестницей.
12. Хул-хуп – это спортивный снаряд, используемый в гимнастике.
13. **Цирк** (лат. *circus* круг) – вид искусства, включающий акробатику, эквилибристику, жонглирование, клоунаду и т.п.
14. **«Шпагат»** - трюк в пластической акробатике: ноги исполнителя, разведённые в стороны, образуют одну прямую линию.

Контрольные упражнения по основам жонглирования хула-хупом

1. подъём хула-хупа с пола на подколенки (5 раз подряд);
2. подъём хула-хупа с подколенок на талию, с талии на предплечья (5 раз подряд)
3. вращение двух Хула-хупов в руках «Восьмёрка» (30 секунд)
4. вращение на талии, подколенках одновременно (30 секунд)
5. вращение на талии и предплечьях одновременно (30 секунд)
6. вращение хула-хупа на подколенках и в руках (30 секунд)
7. вращение хула –хупов на талии и в руках (30 секунд)

Контрольные упражнения по основам жонглирования ковриками на антипode

1. вращение двух ковриков на ногах и один в руке (30 секунд)
2. вращение двух ковриков в руках и один на ноге (30 секунд)
3. вращение ковриков на ноге и руке одновременно (30 секунд)
4. перебросы с правой, на левую ногу (7 раз подряд)
5. подбросы коврика с руки на ногу правой и левой руками (7 раз подряд)
6. вращение в руках с перебросом из руки в руку (7 раз подряд)

Диагностический материал по разделам

Тест 1

Цель: Выявить уровень овладения обучающимися технической терминологией

1. Что такое «оригинальный жанр»
2. Что такое «антипод»?
3. Что такое «Тринка»?
4. Что такое « хула-хуп»?
5. Назовите основные элементы жонглирования хула-хупами.
6. Что такое «Ап»?
7. Назовите основные правила техники безопасности на занятиях, жонглированием хула-хупами и ковриками на антипode.
8. Техника выполнения подъёма хула-хупа с пола на подколенки (теория)
9. Техника выполнения подъёма хула-хупа с подколенок на талию (теория)
10. Техника выполнения подъёма хула-хупа с талии на предплечья (теория)
11. Техника выполнения вращения коврика на стопе на антипode (теория)
12. Техника выполнения подброса коврика на стопу на антипode (теория)

РАБОЧА ПРОГРАММА

**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
со встроенным дистанционным модулем для детей**

«Оригинальный жанр»

Календарно-тематический учебный график первого года обучения

Дни занятий: вт.,чт.- 16.25.– 17.05, пт.- 12.45. -14.10.

№ п/п		Число	Форма занятий	Тип занятий занятий	Кол -во часов	Раздел и Тема Занятий	Место проведения	Форма контроля
1	С Е Н Т Я Б Р Ь	01.09.	Беседа. Иллюстра-ции	Знакомство с новым материалом. Техника безопасности при работе с ковриками на антиподе (теория)	1	Введение	Теоретический класс	Опрос
2		03.09.	Беседа. Иллюстра-ции	Знакомство с новым материалом. Техника безопасности при работе с ковриками на антиподе (теория)	1	Введение	Теоретический класс	Опрос
3		04.09.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие (теория)	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антиподе» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком <i>(вращение в руках с подбросом из руки в руку)</i>	Спорт зал	Наблюдение
4		08.09.	Объяснение показ видео материалов	Комбинированное занятие (теория)	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом <i>(подъём хула-хупа с пола на подколенки)</i>	Спорт зал	Наблюдение
5		10.09.	Объяснение показ видео материалов	Комбинированное занятие (теория)	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом <i>(подъём хула-хупа с пола на подколенки)</i>	Спорт зал	наблюдение
6		11.09.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антиподе» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком <i>(вращение в руках с подбросом из руки в руку)</i>	Спорт зал	наблюдение
7		15.09.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом <i>(подъём хула-хупа с пола на подколенки)</i>	Спорт зал	наблюдение
8		17.09.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом <i>(подъём хула-хупа с пола на подколенки)</i>	Спорт зал	наблюдение
9		18.09	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антиподе» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком	Спорт зал	наблюдение

		видеоматериалов			Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом (<i>подъём хула-хупа с пола на подколенки</i>)		
23		22.10. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антиподе» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком (<i>вращение в руках с подбросом из руки в руку</i>)	Спорт зал	наблюдение
24	Н О Я Б Р Ь	23.10. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом (<i>подъём хула-хупа с пола на подколенки</i>)	Спорт зал	Наблюдение
25		27.10. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом (<i>подъём хула-хупа с пола на подколенки</i>)	Спорт зал	Наблюдение
26		29.10. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом (<i>подъём хула-хупа с пола на подколенки</i>)	Спорт зал	Наблюдение
27		30.10. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антиподе» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком (<i>вращение в руках с подбросом из руки в руку</i>)	Спорт зал	Наблюдение
28		03.11. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом (<i>подъём хула-хупа с пола на подколенки</i>)	Спорт зал	Наблюдение
29	05.11. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования одним хула-хупом Тема: 1.1 Упражнение с одним хула-хупом (<i>подъём хула-хупа с пола на подколенки</i>)	Спорт зал	Контрольное занятие	
30	06.11. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антиподе» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком (<i>вращение в руках с подбросом из руки в руку</i>)	Спорт зал	Наблюдение	
31	10.11. Объяснение показ видеоматериалов	Знакомство с новым материалом Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	Наблюдение	
32	12.11. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	Наблюдение	
33	13.11. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антиподе» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком (<i>вращение в руках с подбросом из руки в руку</i>)	Спорт зал	Наблюдение	
34	17.11. Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула –хупами 1.3.	Спорт зал	Наблюдение	

35		19.11.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	Наблюдение
36		20.11	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антипode» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком <i>(вращение в руках с подбросом из руки в руку)</i>	Спорт зал	наблюдение
37		24.11	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
38		26.11	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
39		27.11	Объяснение показ видеоматериалов		2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антипode» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком <i>(вращение в руках с подбросом из руки в руку)</i>	Спорт зал	наблюдение
40	Д Е К	01.12.	Объяснение показ видеоматериалов		1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
41		03.12.	Объяснение показ видеоматериалов		1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
42		04.12.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антипode» Тема: 1.1. Упражнения с одним ковриком <i>(вращение в руках с подбросом из руки в руку)</i>	Спорт зал	Контрольное занятие наблюдение
43		08.12.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
44		10.12.	Объяснение показ видеоматериалов	Знакомство с новым материалом комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
45		11.12.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антипode» Тема: 1.2. Упражнения с двумя ковриками	Спорт зал	наблюдение
46		15.12.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
47	Д Е	17.12.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
48	К А	18.12.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	2	Раздел: «Жонглирование ковриками на антипode» Тема: 1.2. Упражнения с двумя ковриками	Спорт зал	наблюдение
49	Б Р	22.12.	Объяснение показ материала	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
50	Ь	24.12.	Объяснение показ материала	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования двумя хула-хупами 1.2. Упражнения с двумя хула –хупами	Спорт зал	наблюдение

107	18.05.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования тремя хула-хупами 1.2. Упражнения с тремя хула -хупами	Спорт зал	наблюдение
108	20.05.	Объяснение показ видеоматериалов	Комбинированное занятие	1	Раздел: «Жонглирования тремя хула-хупами 1.2. Упражнения с тремя хула -хупами	Спорт зал	Контрольное занятие наблюдение

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

Календарный учебный график встроенного дистанционного модуля

№	месяц	число	Форма занятий	Кол иче ств о час ов	Тема занятия	Место провед ения	Форма контроля
	Н О Я Б Р ь	03.11	Заочно	1	Искусство жонглирования	Д И С Т А Н Т	Лекция https://drive.google.com/file/d/1C1ymD2WNA2Vad2_hGTIQQQ0Lj02HAdU0/view?usp=sharing
		05.11	Заочно	1	Искусство жонглирования		лекция https://drive.google.com/file/d/1XCjUzn_fm3pc0b377pMV1czLDnD8VVFj/view?usp=sharing Практическое задание https://drive.google.com/file/d/1C1ymD2WNA2Vad2_hGTIQQQ0Lj02HAdU0/view?usp=sharing
		06.11	Заочно	2	Искусство жонглирования		Практическое задание https://drive.google.com/file/d/1vvFd2fdPmmBbICi11e_pa5KP9jv7z2hC/view?usp=sharing Тест жонглирования https://docs.google.com/forms/d/1U-ug9uuY7cQSwCSe5hh95L5aBj9A5JD6ZTNJqRH11fQ/edit Видео материал https://youtu.be/zM3ykBHwbfk
		10.11	Заочно	1	Антипод – жонглирование ногами		Теоретический материал https://drive.google.com/file/d/10yXtRyIM_2MXtL_MrONE35kNXiVj-Psr/view?usp=sharing
		12.11	Заочно	1	Антипод – жонглирование ногами		Теория https://drive.google.com/file/d/1-S2M49xtLqz3zpig-I_4Uko9VVk2zFdP/view?usp=sharing
		13.11	Заочно	2	Популярные виды жонглирования		Жонглер на лошади https://www.youtube.com/watch?v=10Uq8tFbif8

						<p>Презентация. https://docs.google.com/presentation/d/1cfM2jNTzTtu4sxKULLnidkEsfL6XgXY_Lk_DRkhAfaY/edit#slide=id.gac7864a641_0_222</p> <p>Лекция https://drive.google.com/file/d/1mga9O1eHBUocOJPS8KAJQJeSPuMbZq8L/view?usp=sharing</p>
		17.11	Заочно	1	Популярные виды жонглирования	<p>Вопросы виды жонглирования https://drive.google.com/file/d/10wYt5Cuczv4QaqFGFvaFCT75VvmB0NhP/view?usp=sharing</p> <p>Видео материал https://www.youtube.com/watch?v=3nqj116qIII&t=167s</p>
		19.11	заочно	1	Антиподисты	<p>Лекция https://docs.google.com/document/d/1RjOG3hBO23C9eA4zMMqmcm6dEejZhExL1Q2GG4ZqzKg/edit</p>
		20.11	заочно	2	Антиподисты	<p>Лекция https://docs.google.com/document/d/1I7XUTjc_kr32quY4SdXavUnuTPUk7YoETr2PYTRcN7o/edit</p> <p>видео «Акробаты с ковриками» https://www.youtube.com/watch?v=X2fCzN57fgI</p>
		24.11	заочно	1	Антиподисты	<p>Знаменитости https://drive.google.com/file/d/1_ffALKKvDgattCodvRhe-jUkch-dL_xR/view?usp=sharing</p> <p>Видео антиподисты. Китай. https://www.youtube.com/watch?v=HEuwwcgO7OE</p>
		26.11	заочно	1	Закрепление материала	<p>Основы жонглирования https://docs.google.com/document/d/1RjOG3hBO23C9eA4zMMqmcm6dEejZhExL1Q2GG4ZqzKg/edit</p>
		27.11	заочно	2	Закрепление материала	Итоговые вопросы

							https://drive.google.com/file/d/16cBf7eDHzH9uD2jGZ2gWyAW44gN0HY2/view?usp=sharing Видео материал жонглеры на антиподе https://www.youtube.com/watch?v=ICGaqAjjxgM
--	--	--	--	--	--	--	---

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Дата переноса занятия	Причина переноса (приказ на выход с обучающимися с указанием № приказа, б/лист, отпуск, либо дни Б/С, командировка и т.п.)	Дата, на которую осуществлен перенос занятий	Форма реализации программного материала (уплотнение, доп. занятия или др.)

План работы с родителями

Сентябрь – Адаптация детей к занятиям в Цирковой студии.

(родительское собрание)

Октябрь – Волшебный мир цирка. (консультация для родителей)

Ноябрь – Ваши взаимоотношения с детьми (анкета для родителей).

Декабрь – Здравствуй новый год .(конкурс рисунков детей и родителей)

Январь – Рождественские посиделки .(совместный выход на каток)

Февраль – Подготовка к Отчетному концерту (родительское собрание)

Апрель, май – Полезные советы по развитию творческих способностей детей. (памятки для родителей)

План учебно-воспитательной работы

№	Мероприятие	Задачи	Форма проведения	Сроки проведения
1	«Будьте здоровы»	Заинтересовать учащихся изучением вопросов здоровья	Беседа	Октябрь
2	«Вредные привычки»	Пропагандировать здоровый образ жизни.	Беседа, Презентация	Ноябрь
3	«Новогодний сюрприз»	Воспитывать желание инициативу проявлять творческую активность и участие, предоставив для этого равные возможности всем детям	Театрализованное представление	Декабрь
4	«Безопасность всегда и везде»	Учить детей беречь свое здоровье и здоровье близких	Викторина Презентация	В течение года
5	«День добра»	Воспитывать нравственные качества, такие как доброта, сострадание;	Беседа	Январь
6	«Травма»	Создание условий для сохранения здоровья учащихся	Беседа	Февраль
7	«Наши мамочки»	Укрепление взаимоотношений в семье, повышение роли матери.	Презентация	Март
7	«День смеха»	Развитие эмоционального опыта детей	Презентация	Апрель
8	«Я талантлив!»	Подготовка обучающихся к выполнению заданий эмоционально и мотивировать их на достижение планируемых результатов;	Игровая программа	Май